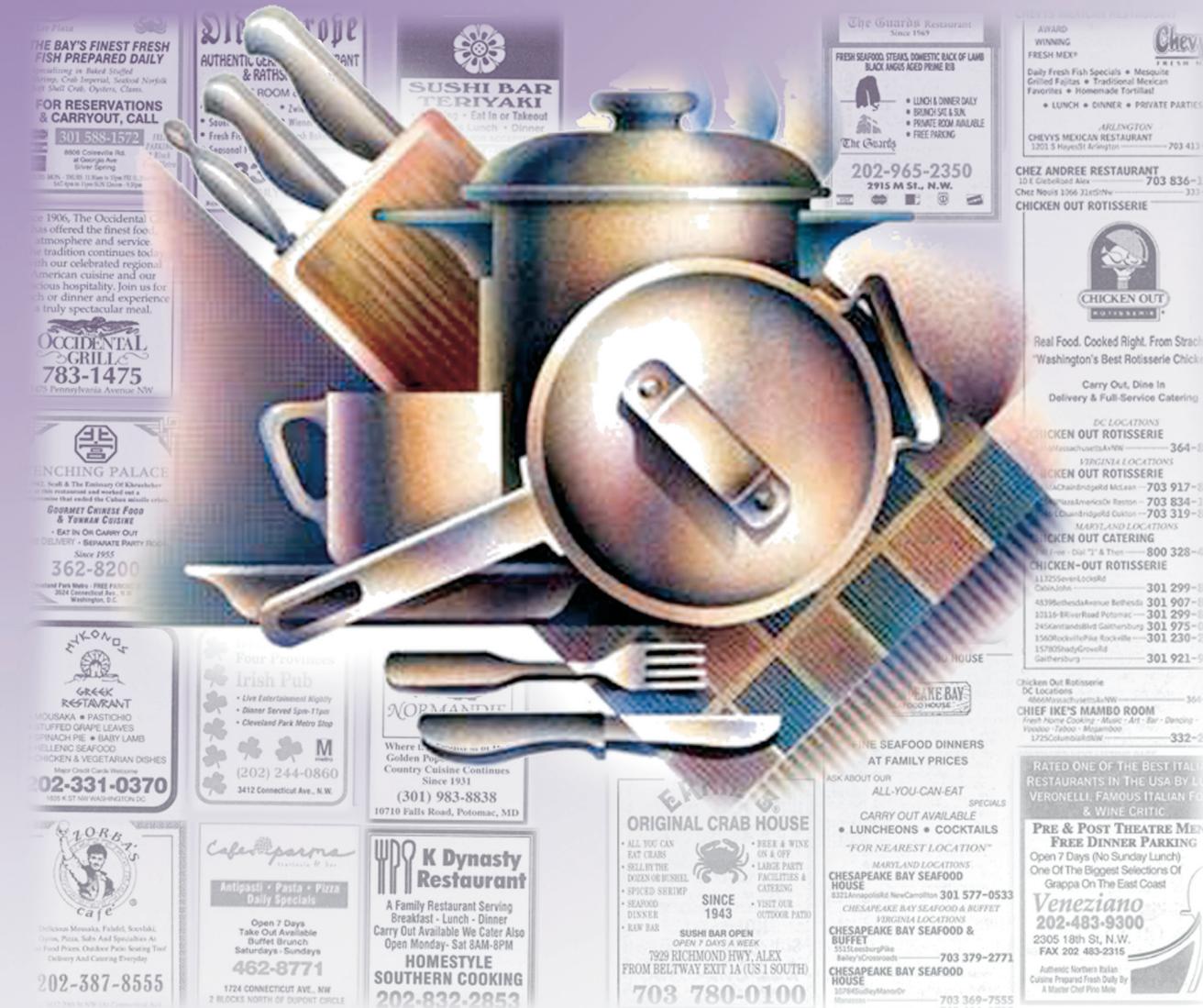


The logo features a large, stylized lowercase letter 'e' with a thick, light gray border. The interior of the 'e' is white. To the right of the 'e', the word "JOURNAL" is written in a bold, white, sans-serif font. To the right of "JOURNAL", the word "USA" is written in a smaller, white, sans-serif font.

АМЕРИКАНСЬКЕ СУСПІЛЬСТВО ТА ЙОГО ЦІННОСТІ



АМЕРИКАНЦІ ЗА ОБІДНИМ СТОЛОМ: РОЗДУМИ ПРО ЇЖУ І КУЛЬТУРУ

Електронний журнал Державного департаменту США



Американське суспільство та його цінності

Редактор.....	Стівен Лаутербах
Технічний редактор	Нейл Клопфенстайн
Помічник редактора.....	Майкл Дж. Бендлер
Помічники редактора з редагування	Мері Енн В. Гембл Кеті Шпігель
Фоторедактор	Баррі Фітцджеральд
Український переклад	Ігоря Прохоровича
Редактор українського перекладу	Світлана Нілова
Видавець.....	Джудіт С. Сігел
Виконавчий редактор	Гай Е. Олсон
Відповідальний за випуск.....	Крістіан Ларсон
Помічник відповідального за випуск.....	Сильвія Скотт

Редакційна колегія

Джордж Клак Кетлін Р. Девіс Френсіс Б. Ворд

Відділ міжнародних інформаційних програм Державного департаменту США видає п'ять електронних журналів, присвячених головним проблемам, що постають перед Сполученими Штатами і світовою спільнотою, а також висвітлюють життя американського народу, його суспільні цінності й інституції. Ці журнали, а саме «Економічні перспективи», «Глобальні проблеми», «Питання демократії», «Актуальні питання зовнішньої політики США» та «Американське суспільство та його цінності», публікують аналітичні статті, коментарі й фактичний матеріал, що стосуються іншої тематики. Кожен із журналів каталогизується за томом (порядковим номером року видання) та номером (порядковий номер випуску, що виходить протягом року).

Нові числа англомовної версії журналу з'являються щомісяця, а переклади на французьку, португальську та іспанську мови, як правило, – через 2–4 тижні. окрім випусків публікують також арабською та російською мовами.

Думки, висловлені у журналах, не обов'язково збігаються з поглядом або політичним напрямом уряду США. Держдепартамент США не несе відповідальності за зміст матеріалів і якість доступу до сайтів Інтернету, на які він містить посилання. Цю відповідальність покладено винятково на організації та осіб, які здійснюють підтримку газетних сайтів. Статті, фотографії та ілюстрації можна перекладати і репродуктувати за межами Сполучених Штатів за відсутності прямих обмежень, пов'язаних із дотримуванням авторського права.

Цей і попередні числа журналу, а також анонси майбутніх випусків у кількох електронних форматах можна знайти у мережі Інтернету на домашній веб-сторінці Відділу міжнародних інформаційних програм за адресою: <http://usinfo.state.gov/journals/journals.htm>. Просимо надсилати відгуки до Посольства США у вашій країні або до редакційної колегії на адресу: Editor, eJournal USA: U.S. Society & Values, IIP/T/SV, U.S. Department of State, 301 4th Street, S.W., Washington, D.C. 20547, United States of America evalues@state.gov.

Зміст

2 Про це число

4 Ми є тим, що ми ємо. Ми – нація іммігрантів ДЕВІД РОЗЕНГАРТЕН

Американська кухня – це суміш кулінарних ідей із багатьох джерел і традицій. У розділі «Світовий супермаркет» коротко висвітлено походження і поширення по земній кулі основних харчових культур.

Свято Дня Подяки

8 Життя на індичій фермі

НЕЙЛ КЛОПФЕНСТАЙН

Для автора супутніми продуктами його життя на фермі були тяжка праця і родинні цінності.

11 Кубинські приправи

АНА МЕНЕНДЕС

Сім'я іммігрантів почала відзначати суто американське свято і пристосувала його до власних смаків.

14 Єдність контрастних традицій

ЕЙПРЛ РЕЙНОЛЬДС

Після того, як авторка переїхала на північ США, де вчилася і вийшла заміж за вихідця з італійської сім'ї, її довелося змінити меню святкового обіду з індичкою, який зазвичай готують афроамериканці у південних штатах країни.

З кухні до столу

17 Законодавці смаку

МАЙКЛ БЕНДЛЕР і СТІВЕН ЛАУТЕРБАХ

Цей короткий нарис про сімох видатних майстрів дає уявлення про вплив, який справляють знамениті американські кухарі на американські дієтичні уподобання.

22 Довга подорож над розжареним вугіллям

СІЛЬВІЯ ЛАВГРЕН

Приготування американського барбекю вимагає кількох годин, але воно варте того, щоб поочекати.

25 Зарахуйте мене до винятків. Роздуми про чай із льодом

ФРЕД ЧЕППЕЛЬ

Лауреат поетичних конкурсів з Північної Кароліни кідає дотепний погляд на класичний американський напій – чай із льодом.

27 Ножі й виделки

ФРЕНСАЙН ПРОУЗ

Заперечуючи кулінарний шовінізм, автор дає високу оцінку різноманітним способам споживання їжі, вважаючи, що вони можуть багато розповісти про стиль життя людей, які ними користуються. У статті «Чому вони так ідять?» пояснюється американський метод «зигзагів».

30 Наша гордість – сендвічі

ЕД ЛІВАЙН

Відомий автор, який спеціалізується на кулінарній тематиці, знайомить із різноманіттям американських сендвічів.

33 Жир землі. Америка вирішує проблему зайвої ваги

МАЙКЛ ДЖЕЙ ФРІДМАН

Американці сьогодні важать більше, аніж будь-коли, і починають усвідомлювати, що їм слід менше їсти і більше займатися фізичними вправами. Крім того, у них є чимало можливостей отримати дієтологічну консультацію, про що можна дізнатися з розділу «Дієти: приголомшливе різноманіття».

ДЕЯКІ ДОДАТКОВІ ІНГРЕДІЕНТИ

36 Чи є справді це ресторан?

Ностальгічний погляд на ресторани, схожі на страви, які в них пропонують.

37 Так само американський, як... яблучний пиріг

Тут вміщено рецепт страви, яка, на думку багатьох, є символом Сполучених Штатів.

38 Кулінарна мова

Носії англійської мови часто виправдовують принцип: що людина єсть, про те і говорить.

40 Література

42 Інформаційні ресурси в Інтернеті

ПРО ЦЕ ЧИСЛО

«СКАЖИ МЕНІ, ЩО ТИ ЇСИ, І Я СКАЖУ, ХТО ТИ»

ЖАН АНТЕЛЬМ БРІЯ-САВАРЕН

Брія-Саварен, французький правник, політик і автор таких класичних творів про їжу, як «Філософія смаку», в період Французької революції провів два роки у Сполучених Штатах. Сучасна версія його знаменитого висловлювання «Ви є тим, що ви єсте» допускає безліч інтерпретацій і стала дуже популярною в Америці. На сторінках цього випуску зроблено спробу дослідити, як американці готують і споживають їжу і що кулінарні традиції можуть розповісти про їхню культуру. У певному розумінні ми намагалися розкрити буквальний зміст афоризму Брія-Саварена, тобто використати їжу як засіб розкриття найфундаментальніших суспільних цінностей сучасних мешканців Сполучених Штатів.

Одним із найразючіших моментів є те, наскільки швидко відлуння будь-якої дискусії на тему американських кулінарних звичаїв поширюється за межі Сполучених Штатів. США – це різноманітна суміш багатьох рас, релігій і етносів, різноманіття якої віддзеркалюється у нашій кухні. Гастрономічні звичаї можуть багато розповісти про наше соціальне, культурне, економічне і демографічне минуле. У нас ніколи не було національної кухні у тому розумінні, в якому вона є у інших, давніших народів. Перші іммігранти з Англії та Центральної Європи привезли з собою меню на основі м'яса і картоплі – продуктів, які є сьогодні можна побачити на столах мільйонів американців. Печена, картопляне пюре, численні різновиди кулінарних виробів з м'яса (котлети, гамбургери, ковбаси і суто американські хот-доги), а також макаронні вироби і сири, різні сорти хліба і бубликів, салат з огірків – усе це сучасні страви, які прикрашали столи наших німецьких, польських, єврейських предків з Європи.

Всюди сущі м'ясо і картопля, що їх можна побачити на кожному американському столі, не завадили появлі регіональних варіантів американської кухні, які нерідко поєднують унікальні, а часом і нові, місцеві інгредієнти з кулінарними традиціями тієї іммігрантської групи, що переважає в цій місцевості. Французи-акаді, що іммігрували до Луїзіані, використовували раків, яких виловлювали із заболоченого дна річок, як основний компонент кухні, що з часом отримала назву «каджунської». Іммігранти з Німеччини, котрі оселилися на території штату Вісконсин, де почали вирощувати зернові культури, привезли на північ середньо-

го заходу традиції пивоваріння і приготування бротвурстів (кардельок. – Прим. ред.). Величезна кількість синіх крабів у Меріленді, істівних молюсків у Кейп-Коді й лобстерів у штаті Мен забезпечили поселенців з Англії харчами, які не втрачають популярності протягом чотирьох сторіч.

Іммігранти, які хвиля за хвилою прибували до наших берегів і продовжують прибувати сьогодні, везуть з собою нові кулінарні традиції й адаптують їх до інгредієнтів, звичаїв і кулінарної практики, яку вони знаходять на своїй новій батьківщині, розширюючи таким чином меню американської кухні. Еволюція американської їжі має багато спільногого з динамічним обличчям Америки, поступ якої не припиняється. Той, хто регулярно читає наші електронні журнали, знає, що ми зазвичай подаємо інформацію про багато міжнародних проблем сучасності у контексті урядової політики США. Під час обговорення цього випуску спочатку ми збиралися, дотримуючись традиційного підходу, опублікувати у ньому статті про те, як Америка годує своїх бідняків, розробляє програми продовольчої допомоги США різним країнам світу, про дискусію довкола генетично модифікованих харчових продуктів, але врешті-решт вирішили, що цим вартий висвітлення питанням слід присвятити інший випуск іншим разом. Ми вважаємо, що наш журнал дасть читачеві можливість глибше зазирнути в життя Америки і краще зрозуміти суспільні цінності її народу, зачепивши при цьому струни, спільні для американської та багатьох інших культур. Як сказав нині покійний видатний американський автор кулінарних книг Джеймс А. Берд, «Їжа – це наша спільна основа та універсальний досвід».

Захоплюючись феноменальним кулінарним багатством Америки, ми віддаємо належне її різноманіттю як такому. У своєму вступному нарисі Девід Розенгартен на прикладі італійської та китайської кухонь показує, як Сполучені Штати використовують традиції іммігрантів – представників багатьох різних етнічних груп – у творенні своєї унікальної, живої і мінливої кулінарної сцени. У трьох наступних розповідях автори, дуже різні за характером і походженням, діляться своїми ностальгічними роздумами на тему американського свята Дня Подяки, кульмінацією якого є обід за святковим столом. В інших статтях ідеться про приготування таких супо американських страв, як барбекю, чай з льодом і сендвічі, певні різновиди яких

стали емблемою деяких американських міст і регіонів, а також пояснюються, чому цими стравами неабияк пишуються люди, які їх готують і їдять. Ми також вмістили у цей випуск інформацію про те, як американці вирішують пов'язану з нашим достатком проблему зайвої ваги. І насамкінець ми додаємо кілька веселих нот у вигляді короткого словничка американських ідіоматичних висловів на тему їжі.

Сподіваємося, що наш журнал не тільки збагатить вас новою інформацією, а й розважить. Більше того, ми розраховуємо, що завдяки йому ви зможете відкрити для себе нові риси американського характеру і глибше зрозумієте американський народ та його суспільні цінності, віддзеркалені у нашій кулінарній спадщині.

-Редакційна колегія

МИ Є ТИМ, ЩО МИ ЇМО: МИ – НАЦІЯ ІММІГРАНТІВ

Девід Розенгартен

На розвиток американської кухні вплинуло багато чинників. Сучасний раціон завдячує корінним американцям появою у ньому кукурудзи як основного харчового інгредієнта. Свій внесок у розширення видів страв, які американці їдять сьогодні мало не щодня, зробили перші іммігранти з Китаю та Італії, а також раби з Африки. Цілком можливо, що відсутність королівського двору – основного стимулу до кулінарної творчості в інших країнах – разом зі «стойчиною утилітарністю» пуританської етики гальмували розвиток вишуканої кухні протягом перших десятиріч існування Америки. Однак запозичення та адаптація кулінарних рецептів, принесених на континент новими хвильами іммігрантів, викликала багатство і різноманіття страв як на повсякденному обідньому столі американців, так і в американських ресторанах.

На жаль, той, хто розглядає американську їжу здалеку, часто сприймає її неправильно. «Американці споживають гамбургери, хіба ні?» – саме таким є типовий погляд із-за океану на спосіб харчування мешканців Сполучених Штатів, і зрештою це не суперечить істині. Ми й справді любимо гамбургери, хот-доги та інші прості страви, що стали нашою емблемою. Проте нам так само подобається багато чого іншого, і підстав для цього з'являється дедалі більше. Отже, немовірно широка і строката сучасна американська кухня сьогодні є одним із найдинамічніших явищ у світі і завдячує своєю енергією тим самим чинникам, які зумовили могутність Америки в усіх інших аспектах, тобто прибутию до наших берегів іммігрантів – вихідців практично з усіх куточків світу, котрі змогли поєднати талант і менталітет, привезені зі своєї батьківщини, з повсякденними реаліями і логікою американського життя. Внаслідок цього люди, котрі добре знаються на смачній їжі, нині відзначають високу якість того, що готують в Америці, проте, щоб вийти на сучасний рівень якості і світового визнання, американській кухні знадобилося багато років.

Чому? Тому що історичні умови з самого початку склалися несприятливо для розвитку гастрономічного життя Америки.

Для тих, хто починав цей шлях, тобто для корінних американців, які з давніх-давен мешкали на цьому континенті і створили свою самобутню цивілізацію задовго до появи на ньому перших європейців, умови становлення національної кухні були далеко не ідеальними. Неозорі простори країни та розпорашеність культури корінних американців протидіяли поступу кулінарії, неможливому без взаємозагачення ідеями. У старій Франції останнє досягнення кулінарної думки, народившись у Ліоні, за якийсь тиждень могло опинитися з поштою у Парижі й викликати там справжню сенсацію. Однак версія про те, що кулінарні ідеї семінолів із Флориди і публос із підніжжя Скелястих гір

Девід Розенгартен – визнаний авторитет у царині страв, він і кухарського мистецтва, автор кулінарної книги «Смак», за яку удостоєний премії. Він є частим гостем на каналі «Фуд нетворк», передачі якого транслюються у багатьох країнах світу, а також видавцем кулінарного бюллетеня «Звіт Розенгартена».

могли об'єднатися у щось загальнонаціональне, видається досить сумнівно. Відсутність великих населених пунктів на карті первісної Америки теж працювала не на користь гастрономічному розвою, адже час переконливо довів, що урбанізоване середовище справляє позитивний вплив на розвиток кулінарного мистецтва.

Крім того, американській кухні завжди не вистачало такого мотиваційного чинника, як наявність знаті й королівського двору (втім, це надало їй особливої неповторності). Кухні Франції, Італії, Іспанії, Персії, Північної Індії, Таїланду, Китаю отримували такий потужний стимул, як необхідність створення «національних страв» для можновладців та їхнього оточення. Цим же пояснюється складність кулінарних технологій у цих країнах, адже кухарі намагалися перевершити один одного, щоб заслужити схвалення вельможних осіб. І хоча простий люд у 1788 році їв далеко не те, що й Людовік XVI (що увійшло у зміст одного з афоризмів його знаменитої дружини), кулінарні ідеї та рецепти, з'явившись у Версалі та інших королівських палацах, за кілька століть поступово матеріалізувалися у повсякденному раціоні кожного француза.

ВСЮДИСУЩА КУКУРУДЗА

Позбавлена ефективних рушійних сил, американська кухня до прибуття на континент європейців так і не стала цілісним феноменом. Однак корінні американці додали до тих страв, які ми юмо сьогодні, деякі з найважливіших інгредієнтів, передусім кукурудзу. Важко навіть уявити, скільки продуктів, які ми вважаємо органічною частиною нашого гастрономічного повсякдення, зокрема кукурудзяні варені качани, кукурудзяні суфле, корн-доги (копчені сосиски, засмажені у тісті з кукурудзяного борошна. – Прим. ред.), кукурудзяні пластівці, кукурудзяні крупи, кукурудзяні чіпси і навіть дешеве американське пиво, виробляють на основі компонента, якому віддавали перевагу прадавні американці. Але чи можемо ми вважати, що витоки американської кухні слід шукати у їхніх уподобаннях? Я вважаю, що відповідь на це запитання має бути негативною. Іспанці, які висадилися в Мексиці у XVI столітті, не лише запозичували цінні харчові культури і готовали з них щось своє. Вони й справді поєднали свої кулінарні ідеї з ідеями корінніх мешканців Мексики. Візьмімо, наприклад, таку страву, як «такос аль карбон» – гарячий згорнутий млинець з начинкою із м'яса, сиру, цибулі та бобів. Іспанці привезли для неї свинину, а індіанці забезпечили саме «такос». Нині, перебуваючи у Мексиці, ми побачимо на кожному обідньому столі безліч модернізованих видів страв, виготовлених з індіанських продуктів і за індіанськими рецептами. Однак цього не можна сказати про сучасне американське меню.

Трохи згодом на розвитку національної американської кухні почали негативно позначатися інші чинники, які брали початок від основних рис сучасного американського характеру. Для перших європейців, які прибували на континент, приготування їжі було елементом боротьби за виживання, а не поле для творчості. Їм просто було не до делікатесів, коли доводилося вирішувати, кора якого дерева згодиться в їжу і не дасть померти голодною смертю протягом найближчого часу. Уявімо собі громадянина Франції, мешканця Парижа 1607 року – впевнену в собі людину, якій усталеність суспільного середовища допомагає успадковувати і розвивати кулінарні традиції. А тепер порівнямо його з мешканцем Джеймстауна, змушеного все починати з нуля і перейматися задоволенням своїх найелементарніших потреб.

Із розбудовою американської цивілізації у затримці поступу на кулінарні ниві свою роль відігравав дух першовідкривачів. «Ген там гірський хребет – ми повинні подивитися, що за ним». А на шляху від Вірджинії до Каліфорнії було чимало гірських хребтів. Звичайно, не всі американці перетинали країну в поштових екіпажах, але жива й досі американська невгамовність і цікавість, спосіб життя, який так відрізняє їх від сучасних європейців з їхніми сентиментальними зітханнями: «Ось той камін, перед яким збиралися члени нашої родини протягом 400 років», – стає на заваді формуванню системи цінностей, яка сприяє розвою національного кулінарного мистецтва.

ДЕЯКІ НЕСПОДІВАНІ АСПЕКТИ

Саме цей дух – намагання «їсти, щоб жити», а не «живи, щоб їсти» – породив деякі несподівані аспекти традиційної американської кухні. Ми попереду всієї планети у приготуванні «зручної» їжі. З одного боку, нам не бракувало для цього технологічної кмітливості, а з іншого – у нас дуже багато людей, які «не мають часу на приготування їжі». Доводиться визнати, що рис, який можна приготувати за лічені хвилини, чи юшка, яку лише треба розігріти у мікрохвильовій печі, – це не ті страви, які могли б відіграти важливу роль у становленні вишуканої кухні.

І насамкінець іще однією причиною того, що майстерність у приготуванні їжі на багато років випала з системи провідних американських цінностей, стала так звана пуританська етика. Вона породила могутню промисловість і сприяла розвитку багатьох позитивних тенденцій, однак ніхто не наважиться звинуватити пуритан та їхніх нащадків у плеканні мистецтв, зокрема кулінарного. У молодості я знав літніх людей, чиє покоління вже значною мірою відійшло у минуле, які вважали вкрай неввічливими розмови про їжу навіть за обіднім столом. Ви просто отримували свій кусень і з'їдали його, щоб прожити ще один день. Отже, будь-яка добропорядна людина може обговорювати

смак їжі не інакше, як піддавшись марнославству і снобізму. Саме так протягом сотень років у Новій Англії і в інших місцевостях стойчна утилітарність за столом гальмувала розвиток витонченої кухні.

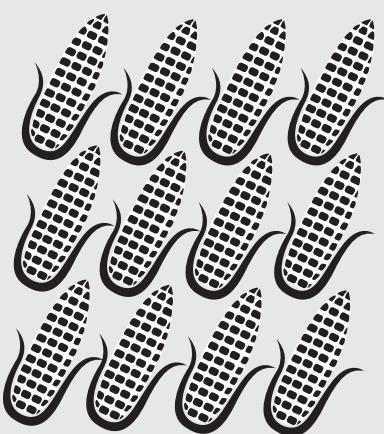
Якби з останньою хвилею європейців, які осіли на континенті у XVII–XVIII століттях, розбудова нації припинилася, наш екскурс в історію американської кулінарії цілком можна було б вважати завершеним. Однак невдовзі після цього до Америки почали прибувати інші іммігранти, і саме їм ми зобов'язані порятунком нашої національної кухні та її перетворенням на одне з найсвоєрідніших кулінарних явищ у світі.

Одна з найганебніших сторінок американської історії – обернення вільних громадян африканського походження на закутих у кайдани рабів – заклала фундамент перших гастрономічних тріумфів. Ця трагедія дала початок стилю, який справив істотний вплив на розвиток усієї американської культури, вже не кажучи про кухню. Вихідці з Африки принесли до наших берегів такі незвичні харчові інгредієнти, як окра, ямс, арахіс (батьківщиною останнього є Перу, однак він потрапив до Північної Америки саме з Африки). Рабам діставалося найгірше, оскільки краще з'їдав рабовласник, і вони змушенні були вдаватися до неабиякої кмітливості, щоб готовувати з недоїдків смачні страви. Чорношкірі раби завжди ставилися з почуттям широї солідарності до рабів, привезених з Карибських островів, які збагатили американську кухню небаченими спеціями, надавши їй особливої пікантності. Раби і колишні раби відігравали помітну роль у становленні міста Чарльстона (штат Південна Кароліна), що стало головним портом, через який у Сполучені Штати ввозили спеції. Це саме можна сказати і про Нью-Орлеан, який і сьогодні може похвалитися однією з найсамобутніших регіональних кухонь

СВІТОВИЙ СУПЕРМАРКЕТ

При сучасному розвитку світової економіки важко навіть уявити, що багато харчових продуктів, які входять до раціону людини, були невідомими на одному або на другому боці земної кулі аж до відкриття європейцями американського континенту наприкінці XV століття. Так, наприклад, помідори, які культивувалися у південноамериканських Андах, були привезені в Європу іспанськими завойовниками. Ананаси, батьківщиною яких також є Південна Америка, були завезені іспанськими і португальськими колонізаторами до тропічних широт інших континентів, зокрема Африки та Азії.

Харчові культури рухались і у зворотному напрямі. Салат латук і спаржеву капусту з Європи нині інтенсивно вирощують у Південній і Північній Америці, зокрема у Сполучених Штатах. Арахіс, який іще називають земляним горіхом, мігрував в обох напрямах. Спершу цей овоч культивували у Південній Америці, а потім іспанські й португальські купці завезли його до Європи та Північної Африки. Сьогодні люди в усьому світі споживають продукти, що походять з різних регіонів земної кулі. До культур, батьківщиною яких є Америка, належать також бобові, какао, кукурудза, перець, гарбуз – звичайний, великоплідний і пляшкоподібний, сунціці й помідори.



Америки. На всьому американському півдні саме рабам доручали готувати барбекю – страву, що, на моє переконання, є найвидатнішим внеском Америки у світову кулінарію.

Якщо вся ця гастрономічна діяльність розгорталася іммігрантами, які прибували на південно-східне узбережжя Америки, то на південному заході країни відбувалися паралельні процеси, рушійною силою яких були мексиканські індіанці та іспанські поселенці, які поширили своє приготування їжі з Мексики на територію штатів Техас і Нью-Мексико. Страви перших іммігрантів з Мексики чи Іспанії мало схожі на те, що ідуть мешканці сучасного американського південного заходу, проте вони стали ключовим елементом нашої національної кухні: енчілада (смажені коржі, згорнуті в трубочку, з начинкою із м'яса й сиру в гострому соусі «чилі». – Прим. ред.) і фахіта (кукурудзяні коржі з курячим філе, маринованим у текілі, і шматочками яловичини, вимоченими в пиві. – Прим. ред.) вважаються нині настільки ж американськими, як і будь-які інші кулінарні вироби, що їх кожного дня споживають американці по всій країні.

КИТАЙСЬКО-ІТАЛІЙСЬКЕ ДОМІНУВАННЯ

У другій половині XIX століття, коли в Америку прибували іммігранти з Китаю та Італії, почався найважливіший період гастрономічної імміграції в американській історії. Я вважаю його найважливішим тому, що, приїхавши до будь-якого американського міста і відкривши телефонний довідник, аби вибрати ресторан, щоб пообідати, ви побачите, що китайським та італійським ресторанам, як і раніше, належить першість, незважаючи на зростання популярності багатьох інших національних кухонь. Китайська

кухня в Америці, звичайно, поступається італійській. Вона з'явилася у нашій країні разом із китайськими іммігрантами, які будували залізниці на заході, вірніше з тими, хто приїхав годувати робітників, зайнятих на будівництві залізниць. У розпорядженні перших китайських кухарів було небагато продуктів, проте вони винахідливо складали докупи невеликі шматочки м'яса та овочів і підсмажували їх на широкій сковороді. Страва отримала назву «рагу по-китайські». В міру того, як цей стиль приготування їжі завойовував великі міста, разом зі стравами – овочами в клярі, смаженим рисом, курчатами чоу-мейн, супом вонтон (з пельменями. – Прим. ред.), свинячою грудиною – наріджувалася нова, китайсько-американська кухня. Вона так і не зрівнялася за різноманіттям з італійсько-американською, поширилою трохи пізніше, оскільки більшість американців, незважаючи на те, що охоче її витвори, не наважувалися готувати їх у себе вдома. Однак китайські кухні вдалося зробити дещо надзвичайно важливe: вона відкрила для майже кожного американця ХХ століття екзотичний світ азіатської кулінарії, чим допомогла інтегрувати кухні багатьох народів Азії у наше гастрономічне повсякдення. Невдовзі з'явилася ще одна їжа – італійська. У 1880 році до Сполучених Штатів прибули перші італійські іммігранти з Неаполя, які осіли на Елліс-Айленді. Протягом багатьох років італійський громаді, яка жила в районі Малбері стріт, не вдавалося відтворити смак своєї звичної їжі таким, який вона мала на їхній батьківщині. Наполегливі намагання зробити це були марними, бо у них не було багатьох необхідних інгредієнтів. Але що у цьому поганого, коли у нових стравах використовуються сушені рослини замість свіжих і консервовані томати замість щойно зірваних, коли макарони щедріше поливаються соусом, а нові страви містять більше м'яса, ніж традиційні? Новостворена італійсько-американська кухня виявилася просто чудовою. Втім, якщо ви народились у 1975 році або пізніше, то ніколи не пізнаєте її, оскільки кращі «італійські» кухарі Америки нині трохи відходять від класичних канонів італійсько-американської кухні, насилаючи дедалі вищі гори радіккіо (спеціальний сорт салату з червоно-білим листям. – Прим. ред.) і щедро поливаючи їх ще пауччішим оцтовим соусом, настояним на ягодах.

Але справжній тріумф цієї кухні відбувся в американських оселях, де піца, лазанья, манікотті (трубочки з макаронів, нафаршировані сиром і помідорами. – Прим. ред.), фрикадельки, теляча парміджана (телятина в сухарях із сиром. – Прим. ред.), які готовують із заморожених продуктів, напівфабрикатів або від початку до кінця власноруч, посіли одне з центральних місць у повсякденному харчуванні американців. І я візьму на себе сміливість стверджувати, що італійсько-американська кухня дала нам надзвичайно важливий урок: кулінарна традиція, витоки якої в іншій країні, може не тільки зазнавати цікавих

модифікацій на нашему ґрунті, а й відігравати провідну роль у формуванні нашого раціону.

НОВА ІММІГРАЦІЯ

Ця теза не раз знаходила підтвердження. Протягом ХХ століття до США прибуваха велика кількість іммігрантів з різних країн. Отже, домінування китайської та італійської кухні дещо зменшилося з поступовою появою в нашему повсякденному житті інших національних кухонь. Незважаючи на те, що імміграція з Греції, Франції та Скандинавії ніколи не була такою масовою, як з Італії, ще й сьогодні джайро (круглі пласкі коржі з наструганим м'ясом і салатом. – Прим. ред.), сувлакі (шматочки шашлика, запечені в коржах. – Прим. ред.) та шиш-кебаб (шашлик із часником та цибулею. – Прим. ред.) входять до меню багатьох ресторанів. Данські тістечка продовжують займати на обідньому столі одне з почесних місць, а французька методологія приготування їжі, як і раніше, залишається основою всієї американської кухні. В американську кухню вплітаються кулінарні традиції не лише європейських, а й інших народів. Чи знайдеться такий тип ресторану, окрім хіба що піцерії, який протягом кількох минулих років так рішуче підкорив би наші міста, як це зробив суші-бар? І чи не помітили ви, як останнім часом збільшилася кількість південноамериканських ресторанів, де подають бразильську чурраскарію та аргентинську пarrіладу? А що можна сказати про різноманіття національних ресторанів і кафе, які, наче гриби після дощу, з'являються на теренах Америки, щоб почутувати вас афганськими кебабами, корейським барбекю, ефіопською індіжирою, кубинською печеною зі свинини, індійськими стравами з карі чи тайськими макаронами?

Але це ще не все. Особливо важливим є те, що у гастрономічній сфері починає працювати принцип «плавильного казана». Так, у Таїланді традиційні тайські страви не їдять разом із кубинськими, а у Польщі національну кухню не припасовують до філіппінської. Але дозвольте враженій незнаними смаками американській господині, котра скуштувала у тайському ресторані м'ясо, тушкованого у кокосовому молоці, змішати на своїй кухні тайський червоний карі з угорською паприкою, тим більше, що всі складники, необхідні для цього, стали широко доступними завдяки справжнісінькому овочевому буму. На вищому рівні кухарського мистецтва цей процес взаємного збагачення відбувається просто-таки у грандіозних масштабах. Найкращі американські кухарі вивчають надбання національних кухонь багатьох народів усього світу, продукуючи небачені гастрономічні гібриди.

Саме у цьому полягає суть перманентного трансформаційного процесу, що відбувається в американській кухні, і результатом його незмінно є супо американські страви. ■

ДЕНЬ ПОДЯКИ: ЖИТТЯ НА ІНДИЧІЙ ФЕРМІ



Нейл Клопфенстайн

Дитячі роки, проведені автором на індичій фермі, залишили спогади про тяжку працю і щасливі миті, коли сім'я збиралася за обіднім столом. З роками ці спогади навчили його належно цінувати смачну їжу і хорошу сім'ю, а також усвідомити, що щастя мати їх випало далеко не кожній людині, яка живе на світі.

Яріс на індичій фермі в Айові. Птиця була не єдиним, чим займалися на фермі – ми вирощували кукурудзу, овес, люцерну, сою, а також тримали череду ялових корів і відгодовували свиней. Але саме індикі відрізняли нашу ферму, а також ферми двох моїх дядьків, від інших ферм у нашій місцевості. Ми були єдиними фермерами в усій околиці, які вирощували індиків.

Мій дід почав займатися цією типово американською птицею ще під час Великої депресії 1930-х років. Він був тим, кого сьогодні називають «підприємцями». Він завжди намагався дивитись на речі під несподіваним кутом зору і випробовував нові культури, щоб заробити трохи грошей. Дідусь Клопфенстайн, нащадок швейцарських менонітів, які добре розумілися на сільському господарстві, був першим фермером у північній частині округу Генрі, який почав вирощувати сою з гібридного насіння. Коли він прочитав в одному з фермерських журналів про те, як вирощувати індиків, то вирішив, що індикі могли б зайняти вигідну нишу на ринку, інші сектори якого тоді занепадали. І він не помилився.

Нейл Клопфенстайн – службовець дипломатичного відомства США, який нині виконує обов'язки директора Відділу американських суспільних цінностей Державного департаменту США. Організовував святкування Дня Подяки під час роботи у Бразилії, Норвегії і Таїланді.

Вирошування індиків – справа не для легкодухих і млявих. Біля цих птахів треба добре попрацювати, особливо коли йдеться про 4-тисячне поголів'я, як це було у нас на фермі. Маленьких індичат віком усього кілька днів перевозили на ферму вантажівкою з інкубаторної станції. Це єдиний період у житті індика, коли він має симпатичний вигляд. Після того, як у середині квітня пташенят привозили у спеціальних картонних коробках з отворами у верхній і бічних стінках, їх випускали у просторе приміщення з газовим опаленням, щоб зігрівати їх, поки вони не підростуть настільки, коли їхні тіла почнуть самостійно виробляти достатньо тепла. У віці приблизно 10 днів відловлювали кожного з них, щоб відрізати верхню половину дзьоба.

Цю криваву процедуру проводили для того, щоб пташенята не клювали одне одного.

Молодих індиків утримували на птахофермі до шести тижнів, після чого їм знову приділяли персональну увагу. Цього разу їх заганяли у вузький загін, де мої тато і дядько робили кожному з них щеплення проти індичої холери та енцефаліту. У червні після щеплення індиків візвозили у фургоні на поле, де буяла молода люцерна. Тут птахи підростали на волі, водночас удобрюючи поле своїм послідом. Кожні два тижні нам доводилося перевозити 4000 голів разом з їхніми надвірними сідалами, годівницями і напувалками на 30 ярдів далі у поле, до свіжого корому. Коли наставала пізня осінь, люцерна відходила, а поле було удобрене.

ЧАС ПІДСУМКІВ

У другій половині жовтня, приблизно за два тижні до Дня Подяки, вранці до нас приїздили дві місткі вантажні машини, заставлені невеликими клітками. Мої тато, брат, дядьки і двоюрідні брати разом зі мною та ще двома кремезними старшокласниками, яких ми наймали, вже були в полі і зустрічали вантажівки. Це був день «полювання на індиків», день, коли ми постачали нашу птицю на базар. Молодші діти з дідусям оточували індиків кільцем і заганяли їх у загін. Потім сильніший зі школярів заходив у загін, брав птахів, які на цю пору важили по 25 фунтів, за обидві ноги і подавав чоловікам, які стояли у кузові машини. При цьому важливо було вхопити індика за обидві ноги, а потім подати його людям, які були на машині. Інакше контроль над індиком втрачається і птах може боляче вдарити крилом в обличчя. Чоловіки на вантажівці, які брали індиків, розсаджували по всім птахів у тісні клітки, аж поки машину не завантажували повністю. Лови тривали годин з три, а після них влаштовували сніданок, який готовували мої бабуся, тітки і мама.

Ми зазвичай залишали за два десятки індиків для власних потреб, і вони згодом прикрашали наш обідній стіл, а також столи наших друзів і сусідів. Через тиждень після

цього ми відправляли на ринок іще одну партію індиків, а потім різали тих птахів, які залишалися. Це ще одна крива-ва маніпуляція, не рекомендована для людей зі слабкими нервами. Індичка, яку готовували у нашій сім'ї на День Подяки, завжди була одним із цих птахів.

День Подяки святкували у нашому домі завжди однаково – той самий час, ті самі гости, стіл, меню і ритуали. Ми влаштовували святковий обід опівдні; власне, у цю пору завжди обідають працівники ферм на середньому заході. Як правило, о дванадцятій все вже було на столі, але через додаткові приготування і невизначеність термінів приготування індички за столом збиралися приблизно о першій годині.

Незважаючи на велику кількість дядьків, тіток, двоюрідних братів і сестер по батьківській лінії, які мешкали не далі двох миль від нашого будинку, святкування Дня Подяки було суто сімейною справою. До нас приїздили батьки моєї мами, які жили на своїй фермі за 40 миль від нашої, і приїзджали до моїх батьків і нас із братом. Отже, стіл накривали на шість персон. Дідусь і бабуся Сандери завжди приїздили за пару годин до обіду. Вони привозили з собою деякі продукти і допомагали поратися на кухні.

ЗА СТОЛОМ

Ми зазвичай їли на кухні, проте День Подяки, як і інші свята і дні народження, заслуговував на обід за «гарним» столом у вітальні. Ми з батьком відтягували його від стіни, піднімали додаткову стільницю і накривали її поверхню добре відпрашованою скатертиною. Поява скатертини була сама по собі екстраординарним явищем, бо в інший час ми їли з тарілок, поставлені на невеликі серветки. Посуд був завжди той самий: японська порцеляна, що її мій батько прислав своїй майбутній нареченні з Окінави, де він служив молодшим сержантам під час Корейської війни, столове срібло, подароване молодятам батьками моого тата у 1953 році, кришталеві келихи, що дісталися моїм батькам від тестя брата моєї матері – різальника скла за фахом та італійського католика за походженням, який жив у Нью-Джерсі, одружившися з російською єврейкою з Бостона і у 1920-х роках переїхав до Каліфорнії. Окрасою столу завжди були викладені посередині гарбузи, графин «пасльонівки» (північноамериканського вина з лісових ягід з кусочками апельсина чи інших яскравих фруктів, які використовували з декоративною метою) і керамічна чи воскова статуетка індика, адже ми були фермерами, які спеціалізувалися на індиках.

Велике святкове меню завжди було незмінним. Звичайно, головним його елементом була вирощена власними руками індичка вагою 20 фунтів. Її подавали разом із гарніром, яким у нас ніколи не начиняли індичку, бо моя

мама десь вичитала, що недотушкована начинка може спричинити харчове отруєння. Іншими стравами, які подавали до індички, були картопляне пюре, підливка з тельбухів, батат (солодка картопля), запіканка із зелених бобів, бланшована кукурудза з останнього урожаю, що зберігалася замороженою ще з літа, а також незвична суміш з перетертого журавлинини, апельсинової шкірки, волоських горіхів і желе з концентрату – страва, яка дуже подобалася моїй мамі і якої ніхто, окрім неї, не любив. Обід завжди закінчувався бабусиною плачиндою, спеченою бабусею власноруч, причому під «спеченою власноруч» я маю на увазі все – від коржів до начинки. Начинка була двох видів – гарбузова і з горіха пекана.

Застілля проходило за усталеним сценарієм. Мама сиділа в кінці столу близче до кухні, а батько – навпроти неї. Я сидів поруч із бабусею (я був бабусиним улюбленим), а мій брат біля батька. Ми влаштовувалися за столом, і мама зазвичай просила когось із дітей прочитати молитву. Як правило, це робив мій брат. Потім батько нарізав індичку, а ми передавали їйому наші тарілки, накладали собі гарнір. Мама розпитувала бабусю про старих сусідів і друзів, які залишились у її рідному місті, а два фермери – тато і дідусь – вели розмови здебільшого про сільськогосподарські справи. Ми з братом наввипередки намагалися привернути увагу дорослих. Іноді за столом на перший план виходили поточні теми – рух за громадянські права, В'єтнамська війна чи інфляція, але розмова, як правило, зосереджувалася довкола місцевих питань. У дитячому віці я, хоч і ставився до молитви серйозно, ніколи не замислювався над значенням Дня Подяки. Лише подорослішавши і залишивши індичу ферму, я зрозумів, що смачну іжу і хорошу сім'ю не можна сприймати як належне. Ці благословенні речі випадають у житті зовсім не так часто, як я собі уявляв, і тому кожен повинен бути вдячним за них.

Відтоді, як я зустрічав День Подяки на індичій фермі, минуло чимало років. Багато що змінилося, і того, що я любив понад усе, більше немає. Але День Подяки і нині залишається святом, яке завжди викликає в мені найсильнішу тугу за рідною домівкою. Тож, не маючи можливості бути разом з моєю хорошою сім'єю, я прийамні намагаюся забезпечити собі смачну іжу. Звичайно, я більше не можу вийти в поле і спіймати собі на обід індичку, але я можу наполягати на тому, щоб гарбузова плачинда була спечена власноруч. А тому печу її сам, за рецептом моєї бабусі. ■

ГАРБУЗОВА ПЛАЧИНДА (ВІД ПИРОГА) БАБУНІ САНДЕР

(На два коржі діаметром 8 дюймів кожний)
Одиниці вимірювання: 1 склянка – 237 мл; 1 дюйм – 2,5 см.

Коржі

3 склянки борошна
1 чайна ложка солі
1 склянка смальцю (маргарину, масла або їхньої суміші)
1 яйце
1 чайна ложка оцту
5 столових ложок води

Змішайте борошно з жиром і сіллю, доки суміш не почне кришитися. Додайте яйце, оцет і воду. Добре вимішайте. Поділіть тісто на дві рівні частини і скажайте з них кулі. Загорніть кожну кулю у поліетиленовий пакет, притрушений зсередини борошном. Після того, як тісто затужавіє (приблизно через 30 хвилин), покладіть одну з куль на притрушену борошном дошку і розкачайте, щоб вийшов корж. Якщо тісто липке і чіпляється до качалки, додайте у нього трохи борошна. Перенесіть корж на форму діаметром 8 дюймів. По краях коржа зробіть невеликі надрізи. Повторіть цю процедуру з другою частиною тіста.

Начинка

3 склянки розпареного і перетертого на пюре гарбуза
½ склянки брунатного цукру
2 чайні ложки імбиру (свіжого або у порошку)
1 чайну ложку солі
4 яйця
3 склянки молока
1 склянку рідкої сметани

Гарбузове пюре перетріть з цукром і сіллю. Збийте яйця з молоком і сметаною. Змішайте обидві суміші до однорідної маси, після чого вилийте її на два підготовлені (сирі) коржі (див. рецепт вище). Печіть у духовці при високій температурі (400 градусів за Фаренгейтом), доки шкірочка плачинди не стане твердою (приблизно 45 хвилин).

Перед тим, як подавати плачинду на стіл, охолодіть її і прикрасьте збитими вершками.

ДЕНЬ ПОДЯКИ: КУБИНСЬКІ ПРИПРАВИ



Фото люб'язно надане Cubanfoodmarket.com

АНА МЕНЕНДЕС

Смажена свинина, а не індишка, була головною страхою на День Подяки у сім'ї кубинських емігрантів, «об'єднаних спільними спогадами і надіями». З плинном часу кількість людей за столом зменшувалася, кулінарні смаки змінювалися, і індишка витіснила свинину зі святкового столу.

У продуктових крамницях можна знайти широкий асортимент маринаду моху, проте наша авторка вважає, що домашній – найкращий.

Ана Менендес, кубинсько-американська письменниця, автор збірки коротких оповідань «На Кубі я була німецькою вівчаркою», яка вийшла друком у 2001 році, а також роману «Любов до Че», опублікованого у 2004 році. Перш ніж зайнятися літературною творчістю, протягом шести років працювала журналістом у "Miami Herald" та "Orange County Register".

Ми називали це свято «Тансгібін» і, відзначаючи його, наповнювали тарілки підкреслено кубинською їжею. Це мало навіть комічний вигляд: чорні боби і рис, підсмажені банани і юка. Тоді ми ще не могли знати, що робили так не стільки через бажання виділитися, скільки через усвідомлену приналежність до нашого етносу. Це була просто їжа, яку ми їли, переконані у вищості наших кулінарних традицій, що давали можливість висловити у гастрономічних термінах практично все, що завгодно – від роздратування («Ти перетворюеш моє життя на йогурт») до всюдисущості («Він, як та петрушка, потрапляє до будь-якого соусу»). День Подяки у нашому вузькому колі здавався чудовим святом. І хоча нам було трішечки прикро, що воно вигадано не нами, ми підлаштовували його під себе із завзяттям людей, які за лихую примху долі опинилися далеко від рідного дому.

У центрі подій, звичайно, була свинина. У перші роки, коли мої батьки ще сподівались повернутися на свій острів, Тансгібін святкували так, як і більшість великих свят на Кубі, тобто зі смаженою свининою. То були часи, коли наша родина була найчисленнішою і найзгуртованішою, об'єднаною спільними спогадами і надіями, а отже, запечене на подвір'ї п'ятдесятифунтове порося було цілком доречним.

ПРИГОТУВАННЯ ПОРОСЯТИ

За день до свята чоловіки їхали в Гоумстед (середнє за розміром місто на півдні Флориди за 20 миль від Маямі), де купували живе порося, яке кололи і білевали, розітнувши йому грудну клітину (за цією процедурою я ніколи не спостерігала). Потім його викладали на кухні на застелену папером тацю маринуватися. Найважливішим складником цього процесу був маринад мохо. Кожна родина мала свій унікальний рецепт мохо, який жив і вмирав разом із нею. Нині ви можете купити у крамниці особливу складну сиропоподібну суміш у пляшках із написом «Мохо», найкращі зразки якої можна хіба що зарахувати до багатьох сумних і банальних атрибутів життя у вигнанні.

У будь-якому разі мохо приготувати нескладно. Він віддачує сторицею за все, чого йому тріщечки не вистачає. Спершу треба очистити і розі'яти кілька голівок часнику, додавши у ступку трохи солі, щоб зубки не вистрибували з неї. Якщо маринується поросяча тушка і маринад знадобиться багато, часник подрібнюють у змішувачі з кислим помаранчевим соком. Можна додати трохи кмину або сухого орегану. Суміш доводять до однорідного стану у змішувачі, після чого поливають нею тушу. У часи, коли люди не переймалися проблемою харчових отруєнь, тушку накривали і сміливо залишали на столі на всю ніч. Коли я була дівчинкою, мені так подобався солоний мохо, що я частенько потай від усіх проникала на кухню і вичерпувала пальцями сік, який збиралася між ребрами поросячої тушки.

Наступного дня чоловіки копали у дворі яму, розводили у ній вогонь і клали порося пектися на гриль, обгорнувши його банановим листям (пізніше для цього почали використовувати фольгу). Це дійство мало всі ознаки ритуалу і водночас генеральної repetиції: напередодні Різдва церемонія повторювалася зі ще більшою урочистістю і значущістю. У Маямі в цю пору стоять довгі теплі дні. Чоловіки, оголені до пояса, пили пиво, жартували, ділилися спогадами – і з ранку до вечора не відходили від багаття. Всю іншу їжу готували жінки, і день перетворювався на справжнісінку карусель, коли калейдоскопом кружляли горщики з рисом, шипіла гаряча підліва, повітря наповнювалося пахощами духмяних приправ, а сковорівка раз по раз пихала, поспішаючи впоратися з черговою порцією всипаних у неї чорних бобів, а потім юки. Коли я згадую, з яким натхненням працювали жінки на кухні, якими веселими були ті зібрання, як сипалися тоді жарти, то дохожу висновку, що належу до тих небагатьох жінок, для яких кухня є не осередком нудної рутини, що стає на заваді незалежності, а місцем, де виявляються душевна теплота і підтримка.

НЕЗВОРОТНІ ЗМІНИ

То були щасливі дні, забарвлени у золотисто-медові кольори моого дитинства, і коли я згадую їх, у мене виникає дивне відчуття, що все це відбувалося не в Америці, а на Кубі, яка жила у пам'яті моїх батьків. Але поступово настають зміни – неминучі й незворотні. Насамперед вони позначаються на їжі. Одного разу хтось із гостей приніс із собою гарбузяну плачинду, куплену в супермаркеті.

Ця страва була проголошена неїстівною, але мур потроху почав руйнуватися. Згодом з'явився журавлинний соус. Особисто я запропонувала новий рецепт гарніру, який, щоправда, складався з фініків і гострої, тонко нарізаної шинки, але, на мій превеликий жаль, сьогодні став класичним.

Потім подейкували, що свинина – це буцімто нездорова їжа. Крім того, наших родичів дедалі меншало. Спочатку причинами втрат були хвороби і смерть, а потім родинні чвари і тиск життя, яке ставало дедалі квапливішим і жорсткішим. Запечене порося згодом здалося недоречною екстравагантністю, марною спробою чіплятися за минуле.

Так на нашому столі з'явилася індичка. Я точно не пригадую, коли це сталося вперше, але пам'ятаю, що зустріла її з деяким почуттям полегшення. Мені потроху вже почав набридати вузький смаковий обсяг наших традиційних сімейних страв, який для мене був більш загальною ознакою відсутності цікавості до навколошнього світу. Я ще не відкрила для себе творів М. Ф. К. Фішер (Мері Френсіс Кеннеді Фішер, 1908–1992, американська письменниця, у багатьох творах якої яскраво змальовано задоволення від приготування і споживання їжі. – Прим. ред.) і в будь-якому випадку ще не доросла до розуміння, що голодна людина не буде бавитися зі своїм раціоном. Я пригадую, що після того, як на нашому столі вперше з'явилася індичка, було багато суперечок щодо правильного приготування цієї незнаної істоти. Врешті-решт проблему було подолано: індичку засмажили так само, як колись порося. У ділі знову пішли часник і кислий помаранчевий сік, після чого тушку клали у посудину з мохо на всю ніч. Коли здалося, що цього недостатньо, щоб позбавити нещасну індичку від органічно притаманної її невідразності смаку, хтось запропонував зробити у м'ясі невеликі розрізи і повстремляти туди зубки часнику. Так вдалося в цілому відвернути катастрофу. Щоб похвалити страву, хтось сказав: «На смак точнісінко, як смажена свинина».

Я залишила Маямі майже 10 років тому. Лише один чи два рази за весь цей час я приїздила туди на Різдво, проте дивним чином завжди опинялася там на День Подяки. Моя сестра й досі вважає День Подяки своїм улюбленим святом, навіть незважаючи на те, що кілька років тому вона не оминула нагоди вийхати з нашого міста. Свята потъмяніли. Час від часу ми ще можемо зібрати у себе чималу кількість гостей, хоча й не запікаємо поросяти на

День Подяки вже багато років. Іноді це дає ще одну з можливостей побачити свою родину у розширеному складі і водночас зауважити ознаки занепаду. Якось у День Подяки я почула, як мати моого батька спітала його: «Скажи, ми вже давно у цій країні?» Я саме була в бібліотеці батькового дому, де працювала над своєю першою книжкою, й одразу внесла почуте в текст оповідання. Ніхто з нас не зізнав тоді, що то був провісник хвороби, яка через кілька років зведе мою бабусю в могилу, і наші серця ще довго стискатимуться від болю щоразу, коли вона тихо белькотітиме, сидячи у кутку: «Це будинок тіточко Кукі? Мені пора додому, моя мама чекає на мене у Карденах».

У ВУЗЬКОМУ КОЛІ

Останнє святкування Дня Подяки було найменш велюдним за всю історію нашої сім'ї. Ми зібралися вперше на мої пам'яті не за великим складаним столом на ганку, а за звичайним обіднім столом у їdalні. Були тільки я, мої батьки, бабуся по матері та її сестра. Мій чоловік поїхав до Іраку, де готовував репортажі про перебіг війни, а сестра зі своїм приятелем були на острові Аруба. Дідусь і бабусині сестри повмирали, а бабуся по батькові тимчасово перебувала у притулку, спостерігати у День Подяки за останньою стадією її амнезії батькові було вже не під силу.

Коли прийшла мить проголошувати подяку, мій батько відмовився це робити. «Тобі що, немає за що подякувати?» – сердито спітала його моя мама. «Вдосталь!» – процідив батько крізь зциплені зуби. Літні жінки нервово перезирнулися. Серед нас знайшовся-таки один агностик, який почав проказувати молитву. Я забула деталі, але добре пам'ятаю, що обід пройшов у гніточійтиші. Війна, що вирувала всередині нас, вихлюпувалася назовні, і мені хотілося б, щоб у той День Подяки багато що було по-іншому. Але індичка була смачною. І крізь гостре почутия ностальгії, що несподівано охопило мене тоді і продовжує дивувати досі, я зрозуміла, що та індичка смакувала точнісінько так само, як смажена свинина. ■

РЕЦЕПТ МОХО

Одиниці виміру: 1 склянка – 237 мл.

Обчищені зубки з двох великих головок часнику

1 столова ложка солі

4 склянки сою з кислих помаранчів (або суміш помаранчевого і лимонного соків у пропорції 1:1)

$\frac{1}{2}$ склянки оливкової олії (у мої сім'ї не додають олії, але вона може знадобитися для пом'якшення смаку)

1 чайна ложка зерен кмину

2 чайні ложки сухого орегану (їх можна замінити 2 лавровими листками або кількома пагінцями розмарину, хоч це і суперечитиме традиції)

Підсмажте кмин на сковороді, після чого висипте його в ступку і товчіть, перемішуночи з оливковою олією, разом із лавровим листом або розмарином (якщо останні використовуються). У цю саму ступку висипте часник із сіллю і товчіть до отримання однорідної маси (якщо ступка замала, складники обробляють частинами). Підігрійте на сковороді оливкову олію зі спеціями, щоб вона поширювалася паюшої спеції, але не давайте її кипіти. Охолодіть олію, витягніть із неї кусочки лаврового листя і пагонів розмарину (якщо вони там є) і вилийте олію у змішувач разом з помаранчевим соком і часниковою масою. Добре перемішайте. У вас вийде 4 $\frac{1}{2}$ склянки маринаду, яких має вистачити на цілу індичку або на порося.

ДЕНЬ ПОДЯКИ: ЄДНІСТЬ КОНТРАСТНИХ ТРАДИЦІЙ



Фото любо в яно надане В. Етлі Берлі

ЕЙПРЛ РЕЙНОЛЬДС

Коли авторка цих рядків приїхала на північ Сполучених Штатів, до Нью-Йорка, де вона тривалий час жила і вчилася, її дуже не вистачало смаків і традицій, знайомих їй з дитинства, яке проходило на півдні країни. Вийшовши заміж, вона познайомилася з кулінарними традиціями батьків свого чоловіка, італійців за походженням. Намагаючись відновити гастрономічні звичаї свого дитинства, вона разом зі своїми друзями різних національностей досягла компромісу і взаємної адаптації найрізноманітніших смакових стилів, що згодом переросли у своєрідну кухарську практику.

Листова капуста, багата на кальцій, є одним з основних харчових продуктів на півдні Сполучених Штатів.

Ейпрл Рейнольдс викладає мистецтво художнього слова у Коледжі Сейри Лоуренс у Бронксвіллі (штат Нью-Йорк). Автор книги «Стати на коліна перед дівом», яка побачила світ у 2003 році. У 2004 році удостоєна премії «Поза межами» Американського ПЕН-центру. У своєму першому творі Рейнольдс простежує життєвий шлях представників кількох поколінь афро-американської сім'ї з півдня Сполучених Штатів.

День Подяки був єдиним днем року, коли мій батько молився. Силует його постаті за обіднім столом жаво, неначе щойно намальований, пропадає у моїй пам'яті, і я згадую, як він складав свої великі руки, напружено вишукуючи у прожитому нами році речі, за які ми повинні були подякувати. «Господи, цього року...» – його голос ставав дедалі тишим, коли він намагався вигадати щось відповідне моменту, і ми бачили, що йому ніяково. Наш будинок розвалювався у буквальному розумінні цього слова, каналізація не працювала, пилосос і телевізор неможливо було увімкнути в мережу одночасно, а у стелі й підлозі зяли дірки, наше житло не витримувало примх техаської погоди. Мій батько був надто бідним, як він сам вважав, або надто ощадливим, як вважала моя маті, щоб найняти когось, аби цей хтось полагодив усе, що псувало нам життя у нашому обшарпаному будинку. Але щороку в День Подяки батько був сповнений рішучості сказати Господу, що він і його сім'я Йому за щось вдячні. «Господи, я дякую Тобі за моїх дітей», – промовляв у молитві тато, але ми добре знали, що були для батьків досить неоднозначним подарунком.

Нас було п'ятеро, і всіх треба було нагодувати, вдягти і прихистити, тому батьки полюбляли казати нам, що ми не варти тих клопотів, яких їм завдаємо.

Батькову щорічну обов'язкову молитву рятувало не що інше, як присутність малих дітей і голодних родичів, які збиралися довкола обіднього столу. Ледь стримуючись, щоб не накинутися на їжу, вони демонстрували свою колективну нетерплячість відверто гучним покашлюванням, у якому завжди вловлювалося щось на зразок: «Закругляйся, чоловіче!» Збентежений тишею, батько незмінно конститував очевидне: «Господи, Господи, я хочу подякувати Тобі за достаток цього столу», – немов визнаючи, що те, за віщо злidenна сім'я з півдня Сполучених Штатів повинна була дякувати, лежить на столі просто перед ним.

ДОБРЕ ЗРОБЛЕНА СПРАВА

Це свято певною мірою можна було порівняти з кадилаком, припаркованим бля нашого будинку. Воно було виявом фінансових успіхів моого батька. Чорношкірий чоловік, який у дитинстві збирал бавовник, не мав жодного з батьків – обоє померли, коли йому не виповнилося й 15 років, і до того ж не закінчив і семи класів середньої школи, міг роздобути стільки їжі, щоб нагодувати добрих два десятки моїх дядьків, тіток, двоюрідних братів і сестер. Незважаючи на те, що мій батько зарікався не брати грошей у борг, з усього було видно, що, аби накрити такий розкішний стіл, він витрачав суму, яка дорівнювала його подвійній місячній платні. Для моєї сім'ї День Подяки був нагодою показати нашу заможність, навіть якщо показувати майже не було чого. Власне, щороку ми збиралися за столом, щоб привітати батька з тим, що він добре зробив свою справу і при цьому з честью витримав випробування достатком.

Ох, що то було за свято! На середині столу панувала незмінна індичка, рецепт приготування якої з плином років обростав неймовірною кількістю кухарських хитроців, і тому вона щоразу виходила по-різному: то добре підсмаженою, мало не обвугленою, то блідою з майже прозорою шкіркою. Моїй мамі доводилося витримувати шквал кулінарних порад, які давали їй наші родичі: рекомендували, наприклад, запікати індичку в пакеті з брунатного паперу, який мав запобігти втраті соку, або протягом години шкварити її при температурі п'ятсот градусів, після чого вимкнути газ. Індичку оточували шинка, свинячі тельбухи, тушковані у томатній підливі й гострому соусі, листова капуста зі стегенцями і секретним інгредієнтом Рейнольдсів – розсолом із кропом. За ними йшли зелена ріпа, ямс у цукрі, начинка з кукурудзяних сухарів, картопляне пюре, макарони, сир і шпинат у вершках. На десерт: банановий пудинг, солодкий картопляний пиріг, шоколадні тістечка, пиріг із кокосовим кремом, пиріжки з сиром і пироги з горіхом пекан, яких іноді бувало аж сім. Я завжди пропус-

кала десерт, але як мені подобалися ті страви! Розмови батьків і спостереження за формуванням меню – мама витрачала на приготування їжі, без перебільшення, по кілька тижнів – зробили для мене День Подяки найулюбленишим святом. У цей день, на відміну від Різдва і днів народження, не треба було дарувати подарунків, і мене з сестрами цікавило лише те, скільки їжі залишиться після обіду. Ми навіть жартома билися об заклад про те, чи котрась із наших товстих, неначе подушки, двоюрідних сестер утретє піде просити добавки.

Коли я поїхала в Нью-Йорк вчитися у коледжі, мені понад усе не вистачало Дня Подяки. У мене не було грошей на дорогу додому, і я разом зі своїми товаришами провела це свято у Брукліні. Тоді я пояснювала їхню версію вшанування Дня Подяки юнацьким невіглаштвом. Єдиною стравою, яку я віпзнала за їхнім столом, було картопляне пюре. Жоден із моїх друзів не чув про підливки і тушковані тельбухи. Кудись поділіся стегенця разом зі смачною заправкою. Натомість Девід, мій друг з Каліфорнії, Алісин з Греції та Пенелопа з Франції наготовили цілі казани кускусу, червоної сочевиці під соусом карі, страв із солодкого перцю і ватрушок з козячим сиром. Замість індички ми їли смаженого каплуни. Але ж я не дурна: я знаю, що каплун – це підтаркуватий півень. А ще, як на те, мої сестри зателефонували мені з Техасу й підгодували мене чайною ложкою останніх пліток і сімейних новин, розповівши, зокрема, якою вийшла того року індичка. Мені дуже захотілося такої близької мені домашньої їжі. Невже, приїхавши в Нью-Йорк, я змушенна буду на День Подяки щоразу мискати поглинати табулі (салат із дробленої пшениці з овочами, помідорами, м'ятою й оливковою олією. – Прим. ред.) й зелений фалафель? Мені раптом стало не вистачати моїх гамірних родичів. Ну що за День Подяки без моєї тітки Гледіс із її звичкою скидати перуку і чухати собі потилицю (цей рух сигналізував про те, що особисто її індичка подобається)? І я вирішила влаштувати День Подяки по-своєму. Можливо, мені й не вдавалося зібрати навколо себе всю родину Рейнольдсів, але я, без сумніву, заслуговувала раз на рік порції тельбухів і підливі.

ГІСТЬ ПЕРЕТВОРЮЄТЬСЯ НА ГОСПОДАРЯ

Приготування їжі до Дня Подяки було для мене стрибком у зрілість. Завдяки моєму улюбленному святу я враз перетворилася з гості на дбайливу господиню. Ми запрошували до себе друзів і колег по роботі, відірваних від своїх родин. І ніякої мусаки (баранини з баклажанами. – Прим. ред.): я зателефонувала батькам і ретельно занотувала рецепти підливок і найкращих у світі тельбухів, які готувала моя мама. Все йшло чудово, і у Східному Гарлемі назрівав справжній південний День Подяки. Була лише одна проблема – мій чоловік.

Проблема, власне, не в ньому, а в тому, що він італієць. І з'ясувалося, що на День Подяки не одній мені болить серце при спогадах про рідну домівку. Ми не запрошували стільки гостей, щоб виправдати появу на столі всіх страв, які ми між собою погодилися вважати необхідними атрибутами Дня Подяки, та й не було у нас місця для приготування такої величезної кількості їжі. Наш День Подяки й сьогодні є наслідком складного компромісу, результатом переговорного процесу між зародковими північними смаками, південними пориваннями та італійськими сподіваннями. А отже, незважаючи на те, що на нашому столі поки що немає тельбухів чи спагеті з червоним соусом, ми вирішили, що без відтворення італійської закуски асорті під назвою антипасті, яку готувала бабуся Кеннета, День Подяки просто неможливий.

Капріолу, мортаделлу, проштуто, сопресату, генуезьку саламі нарізають тонесенькими скибочками і викладають одну на одну до запаморочливої висоти разом із цикорінним салатом, помідорами, підсмаженим солодким перцем і шматочками італійського тунця. Ці піраміди мають надзвичайно принадний вигляд, і мій чоловік розповідав, що жіноча половина його родини, зібравшись за столом, іноді фотографувала їх, перш ніж з'їсти. У себе вдома ми не фотографуємо антипасті, але щороку я свято дотримуюся рецепту бабусі Едіт. І хоча мені не вистачає деяких страв, які готували у моїй сім'ї, я, як і мій батько, щаслива, що маю такий багатий стіл, і вдячна за нього. Мій шлюб, кулінарні клопоти, що приходять разом зі святом, поєднання витворів італійської та південної негритянської кухні, що з appetitom з'їдаються багатьма нашими друзями з півночі, – все це має виразний американський присmak. І запевняю вас, наступного року я таки приготую мої улюблені свинячі тельбухи. ■

РЕЦЕПТ СТРАВИ З ЛИСТОВОЇ КАПУСТИ

Одиниці виміру: 1 фунт = 0,45 кг, 1 склянка = 237 мл.

Листова капуста і її родичка ріпа є одними з основних харчових продуктів для більшості жителів американського півдня. Приготування страв із листової капусти, як і переважної кількості страв південної кухні, потребує терпіння, проте вони варти витраченого часу.

3 фунти промитого і подрібненого ножем або руками листя капусти

6 склянок води

2 шматки копчененої свинячої шинки або 1 свиняча гомілка

1 порізана цибулина середнього розміру

Сіль за смаком

Перець за смаком

2 столові ложки огіркового розсолу

У широку кастрюлю або казан налийте води і покладіть туди м'ясо. На великому вогні доведіть воду до кипіння. Зніміть кришку, зменшіть вогонь до слабкого і варіть на ньому м'ясо протягом двох годин або доти, доки кількість води у каструлі зменшиться до чверті початкового об'єму, а м'ясо не почне відставати від кістки. Додайте цибулю і капусту. Почекайте, поки капуста опаде. Закрійте кастрюлю кришкою і тримайте на вогні ще 45 хвилин, доки листя капусти не стане м'яким. Перед тим, як подавати на стіл, полийте огірковим розсолом.

Розраховано на сім-вісім осіб.

ЗАКОНОДАВЦІ СМАКУ

МАЙКЛ БЕНДЛЕР і СТІВЕН ЛАУТЕРБАХ

Завдяки своїм книжкам і телепередачам багато кухарів стали у Сполучених Штатах знаменитостями. Причиною їхньої популярності були новітні філософія та підходи до приготування їжі. У цьому нарисі йдеться про сімох видатних майстрів, які допомогли – і допомагають – визначити особливості американської кухні.

ПІОНЕР ТЕЛЕБАЧЕННЯ

В американській кулінарії, мабуть, немає впливовішої постаті, аніж **Джеймс Берд**, якого часто називають «батьком американської кухні». Він народився у Портленді (штат Орегон) на тихоокеанському північному заході Америки і ще змалку, допомагаючи матері порати-ся у їхньому пансіоні, почав цікавитися кухарською справою. Влітку він ловив рибу, збирав равликів, дикі фрукти і ягоди, а потім з усіх цих інгредієнтів готував «їжу». Берд став професіоналом у кулінарії радше через необхідність, аніж завдяки свідомому вибору, оскільки його спроби пропітися у шоу-бізнес і стати співаком чи актором не давали йому достатньо засобів для існування. Тоді він згадав про своє дитяче захоплення і відкрив перше кафе у Нью-Йорку. Спочатку він спеціалізувався на коктейлях і «апетайзерах» – закусках, які вживано перед основною їжею або замість неї, і незабаром здійснив справжню революцію у своїй сфері, пропонуючи поживніші та якісніші страви, ніж будь-хто до нього. Цей успіх дозволив йому у 1937 році відкрити невелику продуктову крамницю під назвою «Hors d'oeuvre, inc.», а у 1940-му опублікувати свою першу книжку «Hors D'Oeuvres and Canapés».

Відтоді кулінарні інтереси Берда розширювались, а його бізнес процвітав. У 1955 році він відкрив «Школу кулінарного мистецтва Джеймса Берда», а невдовзі ще один подібний заклад у своєму рідному Орегоні. Він працював консультантом зі страв і меню у знаменитому нью-йоркському ресторані «Пори року» і відкрив власний ресторани у фешенебельному приморському курортному місті Нантакеті



(штат Массачусетс). Берд взяв участь у першому телевізійному кулінарному шоу під назвою «Я люблю куховарити», яке транслювалося мережею NBC, ще у 1946 році, коли телебачення перебувало у зародковому стані, і не залишав телеекрана і радіофону протягом кількох наступних десятиліть.

Не менш важливим доробком Берда є десятки його книг з приготуванням багатьох страв, чимало з яких стали класичними і вважаються працями, що втілили і визначили профіль американської кухні. Все життя Берд невтомно подорожував і пропагував здорову їжу, приготовану зі свіжих, цільних американських складників. Свою кулінарну філософію він незадовго до смерті у 1985 році підсумував в інтерв'ю журналу «Ньюсвік»: «Мені не подобається вишукана кухня, «та» кухня чи «інша» кухня, мені подобається хороша кухня».

Спадщиною Джеймса Берда нині опікується фонд, що носить його ім'я. Цей фонд присуджує нагороди за досягнення у кулінарному мистецтві на національному і регіональному рівнях, а також пропагує і популяризує найкращі досягнення американської кухні.

ФРАНЦУЗЬКИЙ ШЕФ-КУХАР

Промовте ім'я **Джулії Чайлд**, і у кожного американця віком понад 30 років воно майже напевно викличе одні й ті самі асоціації. Можливо, у їхній пам'яті спліве її добре поставлений, грудний, елегантний голос зі жвавими інтонаціями або її лагідне, шире, зі здивовано піднятими бровами обличчя, оточене короною м'якого волосся. А може, їм згадається її струнка постать, її тверді, рішучі, дещо поквапливі рухи, притаманні людині, яка долає перешкоди на своєму шляху.

Джулії Чайлд, всіма відомому «французькому шеф-кухареві», сьогодні 92 роки. З висоти своєї золотої осені вона оглядає кар'єру, зроблену власними руками. З її

Майкл Бендлер і Стівен Лаутербах пишуть статті на замовлення електронного журнала Державного департаменту США «Американське суспільство та його цінності».

допомогою безпорадні неофіти відкрили для себе світ вишуканих страв і навчилися їх готувати. Вона виступала в аудиторіях і у щоденних передачах громадського телебачення Америки, писала книжки та численні статті для журналів і газет, давала інтерв'ю.

Назва її найпопулярнішої книжки «Опанування мистецтва французької кухні», яку вона написала у співавторстві з Сімоною Бек і Луїзеттою Бертолль, промовляє сама за себе. Багато тисяч людей всього світу взялися за непросту справу під терплячим, вдумливим і чуйним керівництвом Джулії Чайлд.

Замолоду вона нічим не виявляла того високого статусу, що його судилося їй здобути у вимогливому і відносно тісному світі кулінарії. Чайлд народилася в Каліфорнії, закінчила коледж Сміта і під час Другої світової війни працювала в Управлінні стратегічних служб у Східній Азії. Після війни вона вийшла заміж за американського дипломата Пола Чайлда і переїхала з ним до Парижа, де прожила шість років. Там вона вирішила вступити до кулінарної школи «Cordon Bleu». Решта, як мовлять, – уже історія. Сама вона якось зауважила: «Я почала куховарити у 32 роки. До того я тільки їла».



Перша класична праця Джулії Чайлд з'явилася друком у 1961 році, коли авторці було 49 років. Через два роки вона вже мала власну програму на телебаченні, яка називалася «Французький шеф-кухар» (її тепер періодично транслюють у запису різні американські телеканали). Згодом з'явилися цикли передач «Джуля Чайлд і компанія» та «Обід у Джулії», як завжди, супроводжувані низкою кулінарних книг.

У 2003 році славу Джулії Чайлд засвідчив факт перенесення її бостонської кухні, з якої вона вела телепередачі, прямісінько до Національного музею американської історії у Вашингтоні (округ Колумбія), де вона приєдналася до таких символів масової культури, як пантофлі авторки «Чарівника з країни Оз» Джуді Гарланд, бейсбольна палиця легенді спорту Бейба Рута, інавгураційні сукні дружин американських президентів та особисті речі інших знаменитостей.

На який би високий п'єдестал не підносили Джулію Чайлд її кулінарні витвори – крем-брюле, кнелі і таке інше, – вона завжди сповідувала елегантний і водночас простий стиль не лише приготування і споживання їжі, а й самого життя.

Якось вона сказала під допитливими поглядами своїх послідовників: «Їжа не обов'язково повинна бути чимось витонченим. Вона просто має бути тим, що ви ділите зі своєю родиною».

ПІВДЕННІ ПРИПРАВИ

Афроамериканці справили величезний вплив на розвиток кожного аспекту культури, суспільства, історії Америки, і кухня тут не є винятком. Ніхто стільки не зробив для ознайомлення широкого загалу з традиціями південної кухні, як Една Луїс, і ніхто так не посприяв здобуттю ними визнання і поваги, на які вони заслуговують. Багато в чому життєвий шлях Едни Луїс був типовим для афроамериканців її покоління. Вона народилася 13 квітня 1916 року у Фрітауні (штат Віргінія), периферійному містечку, заснованому звільненими у 1865 році рабами, один із яких був дідом міс Луїс. Вона росла у великій родині, де, крім неї, було троє сестер, двоє братів, багато двоюродих сестер і братів та інших родичів.

Саме в цьому оточенні Една вперше почала готувати їжу, переїмаючи кухарські навички від матері та інших родичів. Тоді ж вона засвоїла основні принципи, якими керувалася, коли стала професійним кухарем: завжди дотримуватися південних традицій і використовувати лише свіжі продукти і натуральні смакові додатки і приправи. Серед складників, що їх Една Луїс вважала незамінними для південної кухні, були гоміні (висушені відварені зерна кукурудзи), сало, цукор і масло.

У 1930 році міс Луїс перебралася з Фрітауна до Нью-Йорка. Там вона працювала на різних роботах, поки у 1948 році не відкрила свій перший ресторан «Кафе Ніколсон», до меню якого входили традиційні страви південної кухні, зокрема печена зі свинини з журавлиною, смажені курчати і «пиріг недільного вечора», який випікався на широкому мілкому прямокутному декові. Незабаром ресторан мав постійних клієнтів, серед яких були знаменитості, відомі постаті шоу-бізнесу, політики, а також пересічні ньюйорківці – представники найрізноманітніших верств населення. Вона продовжувала розвивати свій кулінарний бізнес і працювала шеф-кухарем у кількох ресторанах на півдні Сполучених Штатів та у Нью-Йорку.

Лише після того, як у 1969 році Една Луїс зламала ногу і потрапила до лікарні, вона почала занотовувати свої рецепти. Ці записи стали першим кроком однієї з найдавалих її спроб – написання кулінарних книг. Перша з них – «Смаки сільської кухні» – побачила світ у 1976 році і одразу ж здобула успіх. Завдяки рецептам, упорядкованим за порами року, оживали традиції її дитинства та юності, що дозволило ознайомити широкий загал із чудовими стравами автентичної південної кухні. Кілька не менш вдалих кулінарних книг було опубліковано у 1980-х роках. У 1990-х роках міс Луїс вирушила до штату Джорджія, де продовжувала популяризувати афро-американську кухню. Там вона зус-

трілася з молодим кухарем Скоттом Піком, власником ресторану «Горсредіш гріл» в Атланті. Містер Пік, як і міс Луїс, був палким прихильником традиційної південної кухні. Вони потоваришували і разом написали ще один бестселер під назвою «Дарунок південної кухні». Рецепти і секрети двох знаменитих кухарів з Півдня».

Популярність кулінарних книг міс Луїс серед людей усіх класів і рас є красномовним підтвердженням того факту, що любов до смачної їжі може по-справжньому згуртувати зовсім різних людей.

МАЙСТЕР ЗДОРОВОЇ ЇЖІ

Більшість американців минулого покоління не надто переймалися тим, що вони їли. Люди, які пережили Велику депресію і Другу світову війну, у своїй більшості вважали, що велика кількість різноманітної та відносно недорогої їжі є закономірним побічним продуктом повоєнного «благополуччя», і відповідно себе поводили. Але у 1970-х роках, коли **Моллі Кетцен** разом зі своїми послідовниками почала пропагувати ідею здорової їжі, ситуація змінювалася. Причому поряд з трансформацією способу, у який багато американців їло, зросло їхнє усвідомлення важливості проблем харчування і здорового довкілля, їхнього зв'язку з виробництвом і споживанням їжі.

Підхід Кетцен, відображенний у її загальному ставленні до їжі, не обмежувався самою лише кулінарією. В його основу було покладено міркування естетики, дієтетики, психології, а також визнання ролі здорового довкілля. «Я хочу, щоб люди зрозуміли, що вони можуть мати все одразу, – пояснювала вона, – тобто щодня їсти здорову і корисну їжу, не приносячи у жертву її смак». Причина популярності серед американців Моллі Кетцен – автора багатьох книг, ведучої телепрограм, художниці й музиканта – полягає саме в тому, що їй вдалося зробити смачну їжу корисною для здоров'я.

«Їжа для багатьох людей перетворюється на джерело суперечностей, – зауважує вона. – Я хочу допомогти їм відчути себе вільнішими, дозволити собі деякі слабкості, водночас не відступаючи від принципів здорового харчування. У більшості людей дієта асоціюється з обмеженнями. Я намагаюся розкрити перед ними можливість істинної насолоди їжею, яка не лише має чудовий смак, а й допомагає зберегти добре самопочуття і хорошу фізичну форму».

Про наставляння, якими на телебаченні та в книжках часто супроводжуються навколо кулінарні дискусії, Моллі Кетцен назначала: «Якщо людям читати проповіді про те, що вони повинні робити, їм стане не по собі. Вони й так живуть в умовах постійного напруження і стресу. Мені набагато цікавіше зустрічатися з ними там, де вони живуть».

Кетцен, мати двох дітей, народилася у Рочестері, штат Нью-Йорк. Її батько був адвокатом, а мати – працівником соціальної служби. Моллі почала куховарити, коли їй ще не виповнилося її 13 років, однак уперше по-справжньому оцінила смак свіжих овочів, коли закінчувала факультет образотворчого мистецтва Корнелльського університету у місті Ітаці (штат Нью-Йорк). Під час навчання в університеті вона працювала у кількох ресторанах і почала цікавитися різними типами кухні.

Невдовзі після закінчення університету у віці 23 років вона і ще кілька ентузіастів ресторанної справи відкрили в Ітаці кооператив під назвою «Ресторан Мус-вуд», який зажив доброї слави своїми вегетаріанськими стравами. Його популярність зростала, і Кетцен на прохання багатьох досвідчених кухарів підготувала до друку збірку своїх рецептів. Цю книжку на 78 сторінок, укладену і дотепно ілюстровану Кетцен, уперше було видано на комерційних засадах у 1977 році, й відтоді вона входить у десятку найпопулярніших кулінарних книг Америки всіх часів.

У 1988 році Кетцен переглянула і доповнила цю працю. Вона підправила рецепти страв із тим, щоб у них містилося менше холестерину і солі, використала стандартніше одиниці вимірювання і додала інструкції, які зробили книжку доступнішою для початківців.

У 1995 році Кетцен почала вести кулінарну програму на громадському телебаченні США, що дала початок іще одній книзі під назвою «Овочеві небеса», а також збірці «чудових рецептів для кухарів віком від восьми років», яка теж вийшла друком і так і називалася: «Чесні марципани і ще 64 чудові рецепти для кухарів віком від 8 років». Це була її друга книжка для дітей після «Уявного супу». Загальний тираж книг Кетцен перевищив чотири мільйони примірників.

Трохи згодом вона взялася за сніданки і написала книжку «Кафе «Санлайт» Моллі Кетцен», у яку ввійшло 350 рецептів найрізноманітніших страв: від ревеня, вимоченого у малиновому соку, до млинців з кокоса і рисового борошна. Намагаючись довести своїм послідовникам важливість для людини сніданку, вона своїми рецептами продемонструвала розуміння того, що вранці в людей може бракувати часу для приготування їжі.

Як зазначила у своїй статті газета «Нью-Йорк таймс», Кетцен «створила стиль приготування здорової їжі, який не визнає жодних догм і не пропонує нічого другорядного». Даючи оцінку кулінарній винахідливості Моллі Кетцен, журналіст з «Вашингтон пост» написав: «Завдяки їй усі ми харчуємося краще».

ВИПАДКОВИЙ КУХАР

Мексика і Сполучені Штати завжди були тісно пов'язані між собою у багатьох аспектах – історичному, культурному, економічному, демографічному, а також, як засвідчує приклад **Зарели Мартінес**, кулінарному.

Mic Martínes народилася у штаті Сонора на півночі Мексики. Вона вийшла з сім'ї фермера-скотаря і часто бувала у Сполучених Штатах. Ще молодою Martínes емігрувала до США, де кілька років працювала у соціальній службі Ель-Пасо (штат Техас). Її поява у ресторанному бізнесі, як вона сама вважає, була майже випадковою. Martínes вийшла заміж за вдівця, у якого було кілька дітей, і змушені була паралельно працювати кухарем, щоб заробляти більше грошей.

У 1981 році Martínes зустрілася з видатним американським кухарем Полом Прудгомом зі штату Луїзіана, відомим у Сполучених Штатах Америки та за її межами своїми стравами у стилі «каджун».

Прудгом порадив її спеціалізуватися на її рідній мексиканській кухні. Martínes і Прудгом заявили про себе ще голосніше у 1983 році, коли їм разом із двома іншими кухарями доручили організувати роботу першого буфету регіональної американської кухні для обслуговування сімох керівників держав Великої вісімки разом із Президентом Рейганом, які брали участь у саміті, що відбувся у Вільямсбурзі (штат Віргінія). Того ж року, окрім успіхом, Martínes виришила до Нью-Йорка, де працювала меню-дизайнером, а потім виконавчим кухарем ресторану «Марімба», який одним із перших почав готувати страви справжньої мексиканської кухні.

Відтоді кар'єра Martínes дедалі більше розширювалася. У 1987 році вона відкрила власний ресторан у Нью-Йорку і назвала його своїм іменем. Згодом ресторан «Зарела» став одним із найпопулярніших у місті. Вона стала й автором кулінарних бестселерів, де описувала різні стилі мексиканської кухні, зокрема середземноморські й африканські акценти у кухні штату Веракрус і самобутню кухню Оаксаки, яка утворилася внаслідок сплаву іспанських та індіанських традицій.

Martínes стала частою гостею на телебаченні. На телестудії «Громадська трансляційна мережа» вона провела цикл із 13 передач під назвою «Зарела. Кухня штату Веракрус». Її часто запрошують і на інші кулінарні програми.

Martínes вважає, що її найбільшим досягненням є визнання мексиканської кухні в усіх Сполучених Штатах та в цілому світі. Вона згадує, як, починаючи кар'єру професійного кухаря, її було прикро бачити, що провідні ресторанинні путівники ігнорують мексиканську кухню. У той час вважалося, що мексиканська їжа складається лише з

невеликої кількості невиразних на смак страв. Нині з допомогою таких досвідчених майстрів, як Martínes, справжню мексиканську кухню у Сполучених Штатах належно оцінюють в усій її різноманітності й неповторності.

У НЕПОВНІ ТРИДЦЯТЬ РОКІВ

Вона не хизується своїми здібностями і знанням їжі та секретів її приготування. Якось, коли іскри її таланту порівняли з бризками шампанського, вона сказала: «Я більше схожа на пиво, яке виривається з пляшки».

I все ж за якихось п'ять останніх років Рейчел Рей перетворилася на зірку американської масової культури завдяки своїм людським якостям, успіхам на телебаченні та, не в останню чергу, вмінню відвоювати свою нішу у кулінарному бізнесі.

Цією нішою, або маленькою хитрістю, стала їжа, яку можна приготувати за 30 хвилин. Майже у кожного в силу тих чи інших причин іноді виникає необхідність щось приготувати швидко і навіть несподівано. Що у такій ситуації спрацює? А що ні? Саме в цей момент на допомогу приходить Рей, постійна ведуча кабельної мережі «Фуд нетворк».

Коли працівники телеканалу в пошуках постаті, яка б могла налагодити контакт швидше з пересічним громадянином, аніж із гурманом чи фахівцем, звернулися до Рей, вона була налаштована скептично. «Я й справді не належу до їхнього кола», – сказала вона, назвавши імена знаменитих кухарів, які, на її думку, належали до кола вибраних. «Їжа для всіх залишається їжею, – заперечила президент телемережі Джуді Жирар. – Не має значення, хто ти і звідки прийшла, ти все одно маєш до неї відношення. Адже всі люди їдять».

Більшість людей шукає простоти і зручності. Для того, щоб приготувати прімаверу орзо (вид вермішелі. – Прим. ред.), знадобиться 10 хвилин, а щоб спекти – ще 15. Іще 10 хвилин піде на кульки з фруктового шербету. Ці терміни якраз вкладаються у граничний 30-хвілинний часовий проміжок, який обрала для себе Рей.

Її стиль еклектичний і глобальний – від рибних тако, загорнтих у салат латук, до помідорів, начинених салатом табуле. Її вибір то підноситься до кулінарних висот (бутерброди з копчененою фореллю під сметаною та соусом з дуихманих трав), то рішуче спускається до землі (курчата під пряним соусом). Особисто вона обирає мінестру – простеньку юшку з бобами, зеленню і часником, яку дуже любив її дідусь. «Я можу сидіти на цій юшці хоч усю зиму, і вона мені не набридне», – зізналася вона в одному з недавніх інтерв'ю.

Тридцятихвилинна їжа – це не одне й те саме, що швидка їжа. Рей у своїх телепередачах і книжках, кількість яких дедалі зростає, не перестає наголошувати, що її підхід



іде врозріз із концепцією швидкої їжі і що вона пропонує збалансованіше меню. Вона пояснює, як від однієї страви швидко перейти до іншої і через якихось півгодини мати повноцінний обід.



Рейчел Рей вийшла з сім'ї, в якій кілька поколінь займалися приготуванням їжі. Ця традиція йде ще від її прадідуся по материнській лінії, який вирощував і готував усе, що треба було для

його родини з 12 чоловік, і від сім'ї її батька – вихідця з Луїзіані, відомої креольською кухнею. Її батьки мали власний ресторан у Кейп-Коді (штат Массачусетс), а потім перебралися в Нью-Йорк, де мати наглядала за приготуванням їжі в кількох ресторанах у районі Адірондакс на півночі штату.

Рей починала свою кар'єру продавцем у супермаркеті «Мейсиз», спершу в кондитерському відділі, а потім у секції свіжих продуктів. Протягом деякого часу вона відповідала за закупівлю для супермаркету продуктів на ринку, після чого повернулася в Адірондакс, де працювала менеджером у барах і ресторанах. В Олбані, столиці штату, де ресторани закуповували продукти, вона почала проводити кухарські курси з метою підвищення обсягів продажу овочів під час сезону відпусток.

Популярність курсів, які мали назву «Їжа за 30 хвилин», зростала, і ними зацікавилися засоби масової інформації. Так Рей було надано щотижневий ефірний час у вечірніх випусках новин. Потім вона видала книжку, яка лише у місцевості, де вона жила, розійшлася тиражем 10 тисяч примірників. До Рей прийшов успіх, її ім'я та ніша в кулінарії стали відомими в усій країні. Незважаючи на несподівану славу, Рей запевняла, що вона нічим не відрізняється від своїх глядачів і читачів. Вона називає себе «заклопотаною особою, якій завжди не вистачає часу, але в якої завжди є апетит», і асоціює себе з усіма людьми, що мають подібний стиль життя.

Схід зустрічається із Заходом

Мінь Сай – одна з найяскравіших постатей телемережі «Фуд нетворк». Сай, симпатичний молодик, народився у місті Ньюпорт-Біч (штат Каліфорнія), виріс у Дейтоні (штат Огайо). Він зацікавився їжею та її приготуванням іще дитиною, коли його мати, котра, як і батько, народилася в Китаї, відкрила китайський ресторан у Дейтоні. У віці 14 років Сай вже готував їжу для відвідувачів ресторану. Він, як колись і його батько, вивчав інженерну справу в Сельському університеті, але по-справжньому його душа завжди тягнела до кулінарії. Два літа підряд він провів у Франції, де відвідував заняття у знаменитій кулінарній школі «Cordon bleu», після чого отримав диплом з готельного менеджменту у Корнелльському університеті.



Попрацювавши у кількох місцях, зокрема у паризькому ресторані «Наташа» та у суші-барі в японському місті Осаці, Сай підписав контракт із рестораном «Сантакафе» у Санта-Фе (штат Нью-Мексико). Коли «Фуд нетворк» присвятила одну з своїх передач цьому закладові, Сай уперше виступив на телебаченні. Після цього він з'являвся у багатьох інших програмах телестудії, таких як «На старт, увага, готовй!» і «Кухар дня». У 1998 році Сай почав вести на телеканалі авторську програму «Схід зустрічає Захід з Мінь Саєм». Ця програма, чи не найперша, в якій висвітлювали азіатську кухню, отримала схвалінні відгуки глядачів і критиків, а Сай у 1999 році був удостоєний премії Еммі (нагороди Академії телемистецтва) за найкращу денну передачу. Стиль, який пропагує Сай у своїх книжках, на телебаченні та у власному ресторані «Блакитний імбир» у Бостоні, іноді називають «кухнею сплаву». Він передбачає комбінування азіатських і західних складників, з яких народжуються новаторські й екзотичні страви. Сай віддає перевагу термінові «східно-західна кухня», і це здається цілком закономірним, якщо взяти до уваги його азіатське походження, американське виховання та європейську кулінарну освіту. Але, незалежно від назви, його кухня є яскравим прикладом того, як різноманітні культурні течії формують сучасний американський кулінарний стиль. ■

ДОВГА ПОДОРОЖ НАД РОЗЖАРЕНИМ ВУГІЛЛЯМ

Сильвія Лавгрен

Спосіб повільного приготування м'яса над розжареним вугіллям, запозичений першими європейцями на північноамериканському континенті, називається «барбекю». Ніжне м'ясо нарізують або нарізують на шматки і поливають соусом, склад якого різиться від одного регіону до іншого. Готову страву часто використовують як компонент сендвіча, вкладаючи її у м'яку булку з невеликою кількістю нашинкованої капусти. Як це часто трапляється з багатьма кулінарними рецептами, серед туристів точиться запеклі дебати щодо того, котрий із рецептів барбекю слід вважати справжнім, однак ніхто не сумнівається, що це – унікальний американський делікатес.

Єдна дуже смачна американська страва, приготування якої займає кілька годин і потребує спеціального кухарського начиння, відкритого вогню, а також присутності досвідченого кухаря, який кілька років учився її готувати так, щоб вона мала потрібний смак. ЇЇ люблять американські президенти і губернатори, письменники і фермери, а також багато іншого доброго люду. Є люди, які долають по кілька сотень миль, аби поласувати нею. Це єдина американська страва, яку неможливо знайти у Парижі, Лондоні, Гонконзі і Стамбулі, як і в будь-якому з найкращих ресторанів у всьому світі. Щоб скуштувати її, вам доведеться здійснити подорож до Файетвілля (штат Арканзас), Вільсона (штат Північна Кароліна) або Вексегечі (штат Техас).

Але що ж це за суто американська страва, яку так важко знайти за межами Сполучених Штатів і якою так легко поласувати на їхній території?

Ця страва – барбекю...

«Ні, ні і ще раз ні!» – чуємо ми обурені вигуки. Барбекю є у всіх! Подивітесь хоча б на вірменське смажене ягня, або на качку, запечену в Гуаньчжоу, або на австралійські смажені креветки. Ви скажете, що майже кожен народ, який користується вогнем, має своє барбекю. І майже матимете рацію.

Тому що ми говоримо про особливий різновид барбекю – дуже повільний спосіб приготування м'яса над розжареним вугіллям, корені якого сягають далекого американського минулого. Цей спосіб настільки своєрідний, що перші європейці, які познайомилися з ним у Новому Світі, не вірили своїм очам.

Ось що написав один француз у 1564 році: «Мешканцям Карибських островів, які повертаються додому з риболовлі змореними і голодними, вистачає терпіння чекати, поки їхня риба засмажиться на дерев'яній гратці, закріплений на висоті два фути над вогнем, настільки слабким, що на приготування їжі вони витрачають цілий день». Корінні жителі називали дерев'яну гратку, яку вони використовували для

Сильвія Лавгрен – історик кінематографа і письменниця, автор книги «Сучасна їжа: сім десятиліть кулінарних витівок» ("Hungry Minds", 1995).

приготування м'яса, «барбакот», яку іспанські завойовники трансформували у «барбакоа».

СПОКУСЛИВИЙ ДЕЛІКАТЕС

Довгий процес підсмажування, який нерідко триває 12–16 годин, робить найкорсткіше м'ясо настільки ніжним, що воно саме відділяється від кісток, і водночас насичує його вабливим ароматом диму, який утворюється від згоряння дров. Це настільки спокуслива їжа, що, скуштувавши її, вже не дивується поведінці одного немолодого пана з Лексингтона (штат Північна Кароліна), який у своєму улюбленому «пункті барбекю» шоразу замовляє собі ту саму вечерю шість днів на тиждень (ресторан не працює у неділю) протягом останніх 15 років.

Перші європейці швидко опанували цей спосіб приготування м'яса. У часи Президента США Джорджа Вашингтона вечірки з барбекю вже були поширенім явищем. Але перший Президент був не останнім, хто належно оцінив цю розвагу, яка є ідеальним американським способом невимушено спілкуватися і водночас провадити державну політику. У середині 1960-х років Президент Ліndon Бейнс Джонсон прославився своїми техаськими барбекю, де їжі і справі відводилася приблизно однакова роль. І навіть нині на неозорих просторах півдня, середнього заходу і заходу барбекю і політика так само нероздільні, як вогонь і дим.

Барбекю, яке Джордж Вашингтон ів у XVIII столітті, не дуже відрізнялося від того, яке готують на південносхідному узбережжі Сполучених Штатів сьогодні. Згідно з цим традиційним стилем, м'ясо оббілованої і розрізаної на шматки свинячої туші розкладають над «ямою», якою може бути як заглиблення, викопане в землі і накрите граткою, так і великий цегляний або металевий контейнер. Підсмажування над розжареним вугіллям з дерева твердих порід триває 12 годин і навіть довше, причому вугілля постійно перемішують лопаткою. Дехто поливає м'ясо олією зі спеціями, але, як правило, триває переварення над розпеченим вугіллям і пучка солі залишаються єдиним видом кулінарної обробки. Коли все закінчується, ніжне м'ясо нарубують або нарізують товстими шматками (і ніколи тонкими) й намащують звичайним гострим соусом з оцту і червоного перцю. Потім з м'яса роблять сендвічі, вкладаючи його у м'які булки з невеликою кількістю шаткованої капусти.

СУПЕРЕЧКИ ДОВКОЛА ВСЬОГО

Дехто з пуристів наполягає, що саме цей і тільки цей прадавній спосіб є технологією приготування справжнього барбекю. Однак майже кожен шанувальник барбекю відстоює той чи інший рецепт його приготування і майже кожен вважає свій улюблений різновид цієї страви найкра-

щим у світі. Піт-майстер (досвідчений кухар-фахівець з барбекю) зі східного узбережжя, який смажить усе порося одразу, лише посміхнеться при згадці про тих, хто запікає лише свинячу лопатку, а ці останні візьмуть на клини мешканців штату Теннессі за їхню пристрасть до свинячих ребер. У Теннессі зазвичай будуть шоковані смаками, властивими штату Кентуккі, де люблять барбекю з баранини і зневажають пропахле димом барбекю з яловичини, яке прижилося в Техасі. Один чоловік, котрий спеціалізується на барбекю зі свинячих лопаток, коли його попросили прокоментувати техаський варіант цієї страви, сказав: «Може, воно й непогане на смак, але це не те, що ми назвали б справжнім барбекю». Звичайно, від його витонченого витвору зі свинячої лопатки не залишив каменя на камені піт-майстер зі сходу, який заявив: «Якщо ви не смажите все порося одразу, це не барбекю».

Потім починається ламання списів щодо всіх деталей, які мають відношення до мистецтва барбекю. Після з'ясування того, яке саме м'ясо слід брати і якими шматками його нарізати, постає інше запитання: які дрова треба палити? На південному сході віддають перевагу північноамериканській ліщині, в інших місцевостях клянуться на вірність дубу, а в Техасі – мескитовому дереву. А коли ви потрапите до людей, які взагалі не вдаються до дров, а користуються звичайним побутовим газом (іх називають «газовиками» на відміну від «паліїв дров»), то дізнаєтесь, що, «аби приготувати чудову смажену свинину, досить покласти шмат м'яса у духовку». Смокі Піттс з Товариства збереження традиційного південного барбекю навіть додає: «Як на мене, це буде не що інше, як барбекю».

Потім виникає дилема: якою повинна бути яма – відкритою («відкрите барбекю») чи накритою для кращого затримування диму («закрите барбекю»)? Прихильникам накритої ями подобається відчутний запах диму, якого м'ясо набуває завдяки їхньому улюбленому методу, і з гордістю покажуть вам рожеве «димове кільце», яке утворюється у м'ясі внаслідок хімічної реакції диму з протеїном. Але не всі вітають його появу. Наприклад, експерт з барбекю Боб Гарнер вважає, що ідеально запечене м'ясо «повинне мати тонкий аромат диму, а не тхнути горілим, наче його витягнули з палаючого будинку». Стиль накритої ями переважає у ковбойських штатах заходу – Техасі, Канзасі і Міссурі, тоді як відкриті ями віддають перевагу жителі південносхідних штатів і традиціоналісти.

А ще існує проблема соусу. Соус для барбекю, який можна купити у супермаркеті, як правило, є різновидом густого гострого томатного кетчупу, дуже популярного у Канзасі та інших штатах середнього заходу. Але у Північній Кароліні поширеній рідкий соус, який готують з оцту, приправленого тільки червоним перцем. Південна Кароліна відома своїм соусом на основі гірчиці. А у Техасі деякі завзяті прибічники яловичого барбекю взагалі не користу-

ються соусом: вони задовольняються лише пахощами свого улюбленого, наскрізь прокопченого наїдку і єхидно посміхаються, коли хтось із нетутешніх попросить приправи.

ЧОЛОВІЧА РОБОТА

Барбекю в американському виконанні має ще дві характерні особливості. По-перше, ним займаються майже тільки чоловіки. Частково це пояснюється тим, що приготування барбекю у його первісному стилі було фізично важкою, брудною і виснажливою роботою. Треба було знайти колоду, розпиляти її на куски, наколоти з них дров і перенести їх до ями. Вугілля в ямі слід було постійно перемішувати. Великі куски м'яса міліли над вугіллям протягом кількох годин. Але не виключено, що справжня причина пристрасті чоловіків до приготування цієї страви значно простіша. «Барбекю – це така штука, яка дає привід чоловікам пиячити всю ніч», – вважає Боб Гарнер. Друга цікава прикмета американського барбекю – це те, що серед піт-майстрів, здебільшого чоловіків, приблизно порівну вихідців з Європи та афроамериканців. Африканські раби ласували барбекю ще у часи Джорджа Вашингтона у 1700-х роках, а у 1800-х їхні нащадки, мігруючи вглиб континенту, невдовзі принесли з собою мистецтво його приготування у західній північній штати. У Північній Кароліні й Техасі провідна роль у підтримуванні традицій барбекю належить євроамериканцям.

Кілька років тому барбекю стало видом змагань. На околицях Канзас-Сіті, Овенсборо (штат Кентуккі) чи Мемфіса (штат Теннессі), дуже популярних серед шанувальників цієї страви, збираються учасники змагань з усієї країни, які привозять із собою високотехнологічні кухарські пристрій і секретні рецепти соусів. Вони приїздять, щоб покуховарити, показати себе і подивитися на інших, поборотися за грошові призи і престижні нагороди і, звичайно, поспілкуватися та поїсти барбекю.

Справжнє американське барбекю навряд чи можна знайти за межами Сполучених Штатів. Навіть у самій країні виникають суперечки щодо того, що вважати справжнім барбекю. Але чим би воно не було – «цільною тушевою», як у Північній Кароліні, пропахлими димом, липкими від соусу ребрами, як у Джорджії, бараниною, здоброною духмяними спеціями, як у Кентуккі, пахучим стейком із хрусткою шкірочкою, як у Канзасі, чи добряче прокопченим шматком яловичини, як у Техасі, – воно залишається унікальною американською стравою, причому дійсно дуже смачною. Один із ентузіастів барбекю підвів риску під дискусію такими словами: «Найкраще барбекю – це те, яке зараз переді мною». ■

ЗАРАХУЙТЕ МЕНЕ ДО ВИНЯТКІВ РОЗДУМИ ПРО ЧАЙ ІЗ ЛЬОДОМ

ФРЕД ЧЕППЕЛЬ



Фред Чеппель викладає англійську мову в університеті штату Північна Кароліна в Гайнсборо. Він є лауреатом поетичних конкурсів штату Північна Кароліна та автором численних поетичних і прозових збірок, серед яких – «Перше і останнє слово», «Мідквест», «Більше одного силуету», «Освіти те місце, де ти є», «Я навіки один із вас». Цей нарис, уперше опублікований у журналі «Гастрономіка», увійшов до збірки найкращих літературних творів про їжу 2002 року (New-York: Marlow and Company, 2002). Передруковано з дозволу автора.

Незважаючи на те, що Фред Чеппель народився в одному з південних штатів, він кепкує з місцевого «фірмового» прохолоджувального напою – солодкого чаю з льодом, у популярності якого вбачає мало не збочення, вважаючи його «атрибутом нудної банальності». Втім, це не заважає автору запропонувати читачеві рецепт його приготування.

Є люди, які люблять холодні макарони зі шпинатом. Їм подобається перебивати смак свіжої зелені тягучими, прісними закарлючками з глекового тіста, які можна вважати істівними хіба що під густим покривом гарячого томатного соусу або щільним шаром пармезану. Отже, салат зі шпинату економічно рентабельний. Те, що не встигли продати в середу, може бути виставлене на прилавок у четвер і дочекатися покупця з викривленим смаком.

Мабуть, поширеність чаю з льодом на американському півдні також пояснюється саме таким викривленням. Первішм цю суперчливість невгамової людської природи діагностував ще Едгар Аллан По, який описав її у короткому оповіданні під назвою «Дух суперечності». Причому автор убачав у ній пересічну рису характеру типового жителя південних штатів. Але прошу зарахувати мене до винятків. Я – один із тих представників півдня, хто ненавидить цю бридуку рідину з кольором екстракту дубового листя, і вважаю її атрибутом нудної банальності. Коли одна з наших чарівних домогосподарок пропонує мені чай із льодом, я відразу відчуваю, що впродовж довгого вечора змушений буду вислуховувати історії про чергову дитину її двоюрідної сестри Мері Еліс та про її геніальні витівки у дитячому манежі.

Гарячий чай має сенс. Він здатен розслабити не гірше, ніж збадьорити, і, якщо його пити маленькими ковтками, може застосовуватися як снодійне. Він може мати як пікантний, так і тонкий аромат і дає нам нагоду зрозуміти, чому китайці вивели такий сорт квітів, як «чайні» троянди. А ще чай може бути темою для розмови з огляду на

те, що на півдні починають оживати традиційні англійські дебати відносно правил його заварювання: наливати гарячу воду чи набирати її чайником? Ці балашки змушують нас повірити, що ще не всі сліди цивілізованості стерлися під натиском відеоігр і електронної пошти.

Але як тільки ви щось заморожуєте, спосіб набирання води у чайник втрачає будь-яке значення. Від чайного букета не залишається жодних слідів, і лише сторонні домішки можуть надати цій вищілій рідині якогось запаху. Звичайно, довкола цих домішок точиться багато дискусій. Навіть найделікатніша леді з півдня може вибухнути і задекларувати у простонародних висловах своє обурення з приводу того, що чай із льодом для неї приготували не так, як слід.

Зверніть увагу, що ми вимовляємо "ice tea" (айс ті). Кожен, хто вимовить послідовність зубних приголосних у цих словах, тобто скаже "iced tea", вважатиметься зарозумілим суб'єктом. Якщо ви скажете «кока-кола», це сприймуть за недоречну офіційність, так само, як і вживання займенника «you» у множині. Тут у нас говорять "you-all" (ви всі), «ко-кола», «айс ті» і стягають штраф з приїжджих, які вимовляють ці слова по-іншому. Незнання закону не звільняє від відповідальності.

Кілька років тому деякі винахідливі жіночки побачили, що суперечки на тему чайніка і води ні до чого не приведуть, і почали готувати «сонячний» чай, напій, який ніколи не знав ані плити, ані чайніка. Вони набирають у чотирілітровий глек води, опускають туди жменю пакетиків чаю і витримують його на веранді під палючим серпневим сонцем. Якщо цей метод не пожавлює атмосферу на кухні, то принаймні притлумлює пристрасті щодо правильності процедури. Лід не може зашкодити сонячному чаю, адже його створено поза категоріями шкоди чи користі.

А ТЕПЕР РЕЦЕПТ ЧАЮ З ЛЬОДОМ

Лимон – обов'язковий. Він повинен бути великим і мати товсту шкірку. Його розрізають на шість приблизно однакових частин. Чотири або п'ять таких шматочків кидають на дно глечика і ніколи – повторюю: **ніколи** – не вичавлюють. Решту шматочків лимона подають окремо на скляній таці діаметром шість дюймів. Можна додати трохи м'яти – також у глечик і ніколи у склянку, бо інакше вона прилипне зсередини до її стінки, неначе перебивна картинка до «Харлі-Девідсона».

Найвідповідальніший етап цього технологічного процесу – підсолоджування. Цукорниця так стрімко рухається по колу з рук у руки, неначе етикетка на грамофонній платівці, розрахованій на 78 обертів за хвилину. Жителі півдня вимагають солодкого. По-справжньому передбачлива госпо-

дина заздалегідь підсолоджує напій, який пропонує гостям, за допомогою звичайнісінського цукрового сиропу, щоб уникнути неповного розчинення і утворення неприємних грудочок у разі використання цукру-піску чи рафінаду. Сироп готують змішуванням одного фунту місцевого цукру-піску з однією столовою ложкою води.

На півдні солодкий чай з льодом сприймається так само природно, як і переконані в тому, що автоперегони є частиною нашого національного історичного надбання, і в тому, що Південна баптистська церква є повноправним крилом Республіканської партії. Замовте чай із льодом у ресторані, і вам подадуть його солодким. Якщо вам хочеться несолодкого чаю, ви повинні його попросити. Власне, ви маєте зробити це, вийнявши револьвера і для більшої переконливості звівши курок. Крім того, вам доведеться повторити ваше прохання кілька разів, оскільки сама концепція несолодкого чаю для більшості кухарів у наших краях настільки ж незвична, як і теореми Булевої алгебри. І навіть після цього ви не можете бути впевнені в успіху. Моя дружина Сюзан якось замовила чай без цукру, однак їй принесли солодкий, як мед. Офіціантка закликала нас до розуміння. «Ну як я вам звідтіля витягну цукор?» – спітала вона.

Звідкіля у жителів південних штатів ця пристрасть до цукру, можна лише гадати, але це незаперечний факт. Ми з тих, хто робить мармелад з цукіні, помідорів, огірків і навіть гарбузової шкірки. Наш знаменитий пиріг із горіхом пеканом являє собою щільну в'язку карамельну масу, зварену з кукурудзяної патоки, змішаної з горіхами. Оскільки інколи він виявляється недостатньо солодким, його можуть подати з вершками, збитими з бурбоном і посыпаними зверху кокосовою стружкою і стружкою з молочного шоколаду, нарізаними на подрібнювачі для овочів.

«Хочете до нього чайку з льодом?» –

«Так, якщо ваша ласка. Солоденького».

Мушу визнати: незважаючи на те, що я народився у Північній Кароліні, з мене вийшов негодящий представник півдня. Я навіть не пишу назву цього регіону з великої літери. Я демократ, не ходжу до Баптистської церкви і не переймаюся маркою свого автомобіля. Я вважаю, що заливати ямс розтопленою пастилою – це те саме, що поливати біфштекс варенням з журавлини. Якось у журналі «Південне життя-буття» я наштовхнувся на рецепт тістечок з кока-коли, і мене мало не знутило. Мені хочеться тікати на край світу від свинячого шпiku, запіканки з кукурудзяного борошна, барбекю, каш і чаю з льодом.

На це моя Сюзан каже, що мені треба поїсти солодкого.

НОЖІ Й ВИДЕЛКИ

ФРЕНСАЙН ПРОУЗ

Питання про формальний бік етикету за обіднім столом, з яким звернувся до авторки її син, змусило її замислитися над різними стилями споживання їжі. Вона дійшла висновку, що «все, що звільнює нас із полону власних культурних упереджень, дає нам змогу визнати за іншими право на власні манери і звички, а також пробуджує в нас бажання дослідити предмети, якими ми ніколи раніше не цікавилися». Вона залишає відкритим і питання, чому деякі способи споживання їжі так чудово пасують до певних видів кухні.

Недавно за обіднім столом я випадково почула, як мій 21-річний син поставив другові нашої сім'ї одне з одвічних екзистенційних запитань: «Звідки ти знаєш, яку виделку слід брати першою на офіційному обіді?» Я була вражена з кількох причин. По-перше, це було ознакою, що мій син став дорослим і цілком міг бути запрошений сам, без мене, на таку церемонію, де вимагалося знання відповіді на його запитання. Коли ж це він побував на такому обіді? І як легковажно з моєго боку було припускати, що процес виховання у сина гарних манер поведінки за столом завершився, як тільки ми з татом пояснили йому, що правильне користування ложкою не має на увазі використання її як катапульти для розкидання каши по кімнаті! Я з подивом усвідомила, що мені так і не довелося навчити його цим елементарним – утім не таким уже єlementарним – правилам етикету. Зрештою, його питання змусило згадати, що багато речей ми сприймаємо як належне, і замислитися над тим, скільки інформації про нашу культуру, суспільство, історію і спосіб життя може передати найпростіший рух, приміром, донесення їжі з тарілки до рота.

Якщо повірити популярному вислову 1960-х років, згідно з яким ми дійсно є те, що ми ємо, то справедливо має бути формула: «Ти такий, якою є твоя манера їсти». І хоча мене завжди зачаровувало дуже спеціалізоване кухонне й столове начиння – зубчасті ложечки для грейпфрутів, щипці для лобстерів, оті особливі виделочки, які вstromляють у качан кукурудзи, щоб запобігти стіканню розтопленого масла по пальцях, – як правило, я купую його на розпродажах, невдовзі після чого воно перекочовує до підвального приміщення. Навіть в особливих випадках ритм нашого домашнього життя ніколи не дозволяв нам виділити досить часу і зусиль на те, щоб вишукано накрити стіл. Наші амбіції у цій сфері ефективно задоволеняли ніж, виделка, ложка та іноді черпак.

МАЙСТРИ ПАЛИЧОК ДЛЯ ЇЖІ

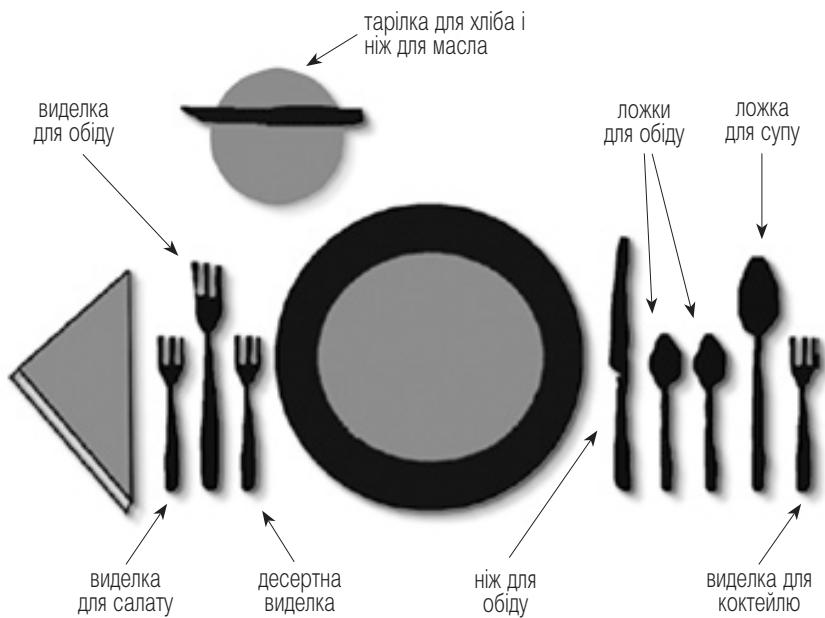
Але дивний факт: незважаючи та те, що один із моїх синів тільки тепер починає розкривати для себе таємниці

Френсайн Проуз написала понад десяток книжок – романів, коротких новел, публістичних нарисів, оповідань для дітей. Вона була удостоєна кількох грантів, у тому числі Гуггенгайма і Фулбрایта, працює у редакційній колегії журналу "Harper's" і регулярно друкується на мистецькій сторінці "Wall Street Journal". Проуз ділилася з публікою своїм літературним досвідом на багатьох форумах, зокрема брала участь у роботі «Письменницького «круглого столу»» в Айові, а також викладала в Університеті Джона Гопкінса.

салатної виделки та десертної ложки, я не пригадую часів, коли хтось із моїх дітей не міг упоратися з паличками для їжі. Вони, наче справжні експерти, вправно наколюють і підхоплюють ними кубики сиру і невловні шматочки баклажана, причому роблять це з такою впевненістю і координацією, від яких перехоплює дух навіть у мене, незважаючи на те, що я сама непогано їла паличками. На противагу їм, їхня 88-річна бабуся так і не опанувала цього мистецтва, що, як і водіння автомобіля, краще вдається молодим. Утім їй майже вдалося це зробити, коли передбачлива офіціантка з найближчого японського ресторану спробувала навчити її користуватися нехитрим пристроєм: паличками, зв'язаними докути гумовою стрічкою разом зі шматочком картону. Офіціантка пояснила, що за допомогою такого винаходу японці вчать своїх маленьких дітей їсти паличками. Різниця між поколіннями моєї матері та моїх дітей

переконливо свідчить про те, що ми як нація стаємо багатокультурними. Цю саму тенденцію я вбачаю в тому, що обидва мої сини, на відміну від своїх одноМовних батьків, більш-менш вільно спілкуються іспанською.

Одним із позитивних моментів подорожування і ознайомлення з іншими культурами є звільнення з полону культурного шовінізму, котрий іноді змушує нас думати, що наш спосіб вживання їжі – єдиний і навіть єдино правильний. Коли мені ледве виповнилося 20 років, протягом року я жила в Індії. Й досі згадую, як я випадково зайшла до одного з вегетаріанських ресторанів, яких багато на півдні цієї країни, і з яким збентеженням, здивуванням і захопленням спостерігала за його відвідувачами. Їжу їм подавали на банановому листі, і вони їли її просто руками. Як і користування паличками, ця техніка – скачування кульок з рису та овочів, підхоплення їх кінчиками пальців



ЧОМУ ВОНИ ТАК ІДЯТЬ?

Мандрівники, які приїжджають з Європи та інших частин світу до Сполучених Штатів, іноді дивуються манері американців користуватися виделкою й ножем, особливо в офіційних ситуаціях. Більшість американців орієнтуються на так званий «метод зигзагу», що базується на правилах етикету, розроблених багато десятиріч тому, можливо, навіть у XIX столітті. Згідно з цим методом, їжу розрізають, тримаючи ніж у правій руці, а виделку – в лівій, потім кладуть ніж на тарілку, перекладають виделку в праву руку і продовжують їсти. Ліва рука при цьому лежить на колінах під столом доти, поки не треба буде знову що-небудь різати. Ліва долоня, рука чи, не дай Боже, лікоть, що без потреби лежать на столі, негайно вказують на погано виховану людину, якщо не гірше. (Звичайно, описаний процес стосується людей, у яких права рука – активна. Якщо ж активною рукою є ліва, то слід починати їсти з ножем у лівій руці й виделкою – в правій).

А раціональний «європейський метод», навпаки, передбачає, що виделка залишається в лівій руці й після нарізування їжі. Ще одна незначна відмінність: американці зазвичай тримають виделку повернуту вгору, підносячи їжу до рота, а європейці спрямовують її згори вниз (вказівний палець при цьому іноді вигнутим). Різних теорій, які б пояснювали цю розбіжність, вистачає. Згідно з однією теорією, виделкою, яка відносно пізно увійшла в американський побут, в Америці почали користуватися так само, як і її попередницею, тобто ложкою, – іншими словами, швидше як черпаком, аніж як списом. Подібно до багатьох інших культурних відмінностей, жоден спосіб не є ані правильним, ані хибним – вони просто різні.

і переправляння собі в рот за допомогою великого пальця – вимагала деякої практики і водночас була непомітною й корисною формою культурного обміну. Принизливе становище початківця, що вправляється під цікавими поглядами офіціантів і водіїв автобуса, які зазвичай збиралися подивитися на мої спершу невдалі спроби, змусили мене швидко засвоїти цю науку.

Мене так захопив новий спосіб споживання їжі, що, повернувшись до Сполучених Штатів, я вирішила продовжувати їсти руками. Мені здавалося, що так можна повніше відчути смак і аромат їжі і що мене невдовзі перестане хвилювати факт зникнення, принаймні у нашому домі, столового посуду, який щезав так само загадково і постійно, як шкарпетки, здані у прання. Однак мій ентузіазм відносно їжі руками тривав лише доти, доки, обідаючи в індійському ресторані, я не озирнулася довкола і не прочитала на скам'янілих обличчях його хазій-індійців такого ж стриманого осуду, з яким моя мама сприйняла звістку про те, що горища на нижньому Іст-Сайді, де вона провела дитинство, сьогодні продаються за мільйони доларів. Чому це мільйонери юрмляться довкола її рідних місць? Чому це прилюдно їм у манері, яку мої асимільовані співгromадяни – американці індійського походження – свідомо покинули, коли приїхали до нашої країни?

РОЗМАЙТЯ МАНЕР І ЗВИЧОК

За будь-який такий досвід, тобто за все, що виводить нас за вузькі межі наших культурних упереджень, треба бути вдячним. Він дає нам змогу визнати за іншими право на їхні манери і звички, а також пробуджує в нас бажання досліджувати предмети, якими ми ніколи раніше не цікавилися. Усвідомлення того факту, що користування ножами і виделками не є універсальним, може підштовхнути нас до нового відкриття: навіть у західному суспільстві не завжди вдавалися до цих відносно недавніх модифікацій давніших уявлень про культурну поведінку за столом.

Давні греки користувалися широким набором пристосувань для їжі, однак у часи панування Римської імперії ножі і виделки вийшли з моди, і навіть найпримхливіші гурмані користувалися лише ложками. Ситуація ще більше спростилася у Середні віки, коли більшість людей їла руками, набирала їжу за допомогою скибок черствого хліба або наштрикувала найапетитніші шматочки на кінчик ножа. Чоловіки приносили з собою на обід ножі не як зброю, а як знаряддя, за допомогою якого вони галантно нарізували м'ясні страви для своїх дам. У ті часи Візантійська імперія набагато випереджала Захід. У дворі візантійського імператора широко використовували виделки, а в XIX столітті Томас Коріат зробив спробу запровадити виделку, яку вперше побачив на італійських столах, у своїй рідній Англії, однак був висміяний за «жіночність».

На терени моєї країни виделку вперше привіз губернатор Вінторп, але вона тривалий час залишаласяrarитетом, можливо, єдиним у всій колонії Массачусетс-Бей. Цей факт змінює уявлення про обід у перший День Подяки, коли пілігрими змушені були їсти індичку пальцями, лише іноді допомагаючи собі ложками. Виделка стала звичайним предметом столового посуду в американській оселі лише на початку XIX століття. Звідтоді, звичайно, відбулися певні зміни: поява нержавіючої сталі у 1920-х роках позбавила господарок нудної необхідності чистити все оте вікторіанське срібло, а зовсім недавно в ужиток увійшли одноразові пластикові виделки, які полегшили (щоправда, невідомо, на лихо чи на добро) проведення вечірок, обслуговування клієнтів у літаках і закладах швидкого харчування.

ПИТАННЯ БЕЗ ВІДПОВІДЕЙ

Незважаючи на наявність раціональних відповідей, деякі загадкові факти залишаються без пояснень. Зокрема, одним з найцікавіших є питання, чому деякі способи вживання їжі так досконало пасують тій чи іншій кухні. Чому китайські страви виявляються значно кращими на смак, якщо їх їсти за допомогою паличок? Чому пластмасові ножі та виделки роблять смак будь-якої страви набагато гіршим? Чому витвори мексиканської кухні треба подавати на пласкій хлібині з кукурудзяного борошна і їсти руками? І чи не пояснюється, принаймні частково, привабливість швидкої їжі тим, що в усьому світі її їдять на ходу і що вона не вимагає не лише столових приборів, а й тарілок? До речі, однією з найємніших страв, які мені доводилося куштувати, були *такос аль пастор* на тонкому аркуші паперу, які продавали на базарі у Мехіко.

Згадуючи ту страву, я не можу втриматися від здивування перед широким спектром підходів до такого, здавалось би, простого акту, як споживання їжі, перед відстанню, яка відділяє стійку ресторанчика на велелюдному мексиканському базарі від елегантного обіднього столу в розкішних манхеттенських апартаментах, де я недавно побувала. Той стіл був оснащений неймовірною кількістю виделок, ложок і ножів. Різнилися навіть келихи – залежно від виду вина, що супроводжувало ту чи іншу страву. Все це знову нагадало мені про запитання моого сина про правила столового етикету під час офіційного обіду. «Все дуже просто, – відповів друг сім’ї. – Ти починаєш ззовні і рухаєшся всередину». На обличчі моого сина засяяла усмішка. Мені здалося, що в ту хвилину він хотів на всі свої запитання отримати такі самі прості, очевидні, змістовні і напочуті легкі для запам’ятовування відповіді. ■

НАША ГОРДІСТЬ – СЕНДВІЧІ



Ед Лівайн

Американці люблять довго і запекло сперечатися про переваги сендвічів, які готовують у їхніх рідних місцевостях. Єдиним фактом, який не викликає жодних дебатів, є різноманіття цих виробів. Чикаго відоме своїми італійськими сендвічами з яловичиною, Міл-вокі – бротвурстами (сардельками зі свинини і телятини), Філадельфія – чізстейками, а Лос-Анджелес – сендвічами по-французьки, які, за легендою, були винайдені випадково. Однак сміливо можна сказати, що всі вони створені не для того, хто звик підраховувати кожну спожиту калорію.

Пойдьте до будь-якого американського міста – великого чи маленького, поговоріть з його жителями, і я певен, що ви відкриєте для себе дві істини. По-перше, вони вам скажуть, що їхнім сендвічам, ними ж таки винайденим, немає рівних у всій Америці, і, по-друге, вони ладні годинами сперечатися зі своїми друзями і сусідами, намагаючись довести їм, що володіють найкращим рецептром приготування місцевих сендвічів.

По всій країні можна знайти сендвічі, які асоціюються з тим чи іншим містом не менш чітко, ніж назви його спортивних команд.

НАДМІРНО, АЛЕ СМАЧНО

Італійський сендвіч з яловичиною залишається символом Чикаго ось уже протягом 66 років. У таких ресторанах, як «Містер Біф» і «Ельс», вам запропонують тоненькі шматочки підсмаженого на невеликому вогні соковитого ростбіфа, густо посыпаного часником і вкладеного у довгасту булку, яку подадуть разом із солодким перцем або джардинерою – вишуканим гарячим маринадом. Багато жителів Міста Вітрів додає до неї ще й добрий шмат солодкуватої італійської ковбаси, і виходить страва, яку чикагці називають «комбо». Дехто вбачатиме у ній надмірність, і цілком можливо, що це й справді так, але смію вас запевнити, що вона дуже смачна.

СПИТАЙТЕ на будь-якій автозаправці у Шебойгані чи Міл-вокі – містах у штаті Вісконсин на північ від Чикаго – що б вам з'їсти на сніданок, і з імовірністю дев'ять до десяти ви почуете слово «брот» – скорочення від «бротвурст». Для отримання кращих його зразків сардельку печуть на грилі, закріпленому над розжареним деревним вугіллям, аж поки крізь її шкірочку мало не бризкає сік, а потім вкладають у м'яку булку. У Де-Мойні – столиці штату Айова, в якому вирощують велике поголів'я свиней, найпоширеніші сендвічі зі свинячої вирізки. Цю страву вам запропонують на сніданок у таких закладах харчування,

Ед Лівайн пише статті для газети «Нью-Йорк таймс» і журналів "Gourmet", "Bon Appetit", "Business Week", "GQ", "Travel + Leisure", "Fox News". Автор і один із ведучих передачі «Нью-Йорк ісТЬ» на телеканалі "Metro Channel".

як, наприклад, кафе «Смітті» неподалік аеропорту, де її готують із пласких відбитих і добре просмажених шматків філе зі свинини. У готовому вигляді вони нагадують непропорційно великі летючі тарілки зі своєрідними контурами, що помітно перевищують розміри булки, в які їх вкладають, особливо коли до них додають цибулю чи помідори та густо змащують їх майонезом або гірчицею.

У Канзас-Сіті, розташованому за чотири години подорожі автомобілем від Де-Мойна, великим попитом користуються сендвічі з копченого грудинкою. Апетитні шматочки ніжного м'яса з тонким ароматом диму кладуть один на одного і подають між двома скибками білого хліба. На мое сумирне переконання, копчена грудинка не потребує спецій, але у таких місцях, як «Гейт», «LC» чи «Оклахома джой», жителі Канзас-Сіті охоче розкажуть вам про переваги її споживання разом із соусом для барбекю.

У Нью-Йорку суперечки щодо того, де краще готують сендвічі з пастрамі (копченою яловичиною. – Прим. ред.) або з солониною, не вищають годинами, а то й днями, проте не дають жодного видимого результату. І почалися вони не вчора. Я впевнений, що ще на початку минулого століття, коли іммігранти-євреї з Румунії вперше почали продавати копчене та в'ялене м'ясо у своїх крамницях у нижньому Іст-Сайді, розгорілися запеклі дискусії з метою з'ясування, у кого з них воно краще. Головними претендентами на

першість сьогодні виступають гастроном «Кац», чи не єдиний, що залишився у нижньому Іст-Сайді, а також крамниці «Карнегі» та «Друга Авеню» в Іст-Вілддж і «Арті» у верхньому Іст-Сайді.

СМАЖЕНИ МОЛЮСКИ

Бостонці запозичили рецепт приготування бутербродів зі смаженими молюсками від жителів сусіднього міста Ессекса, які занурювали ніжних відбірних молюсків у рідке тісто і підсмажували у глибокій сковороді. Через кілька хвилин їх викладали на булку для хот-дога, поливали невеликою кількістю соусу тартар і прикрашали кружальцем лимона. І хоча подейкують, що смажених молюсків уперше приготував Лоренс Декстер Вудмен з Ессекса (штат Массачусетс) 3 липня 1916 року, такі бостонські ресторани, як «Літній курінь» і «Цар-риба», віддають належне цій казковій страві.

А у Філадельфії вирукують пристрасті довкола чізстейка. Шматочки м'ясного філе, нарізаного настільки тонко, що крізь них можна дивитися, смажаться на розпечений сковороді. Наприкінці цього швидкоплинного процесу, що триває не більше двох хвилин, до м'яса додають сир – американський провлон або традиційний чіз-віз. Цю пістряву малоапетитну на вигляд суміш вкладають у хлібину для сендвіча, яка повинна мати тверду шкоринку, що, ввібрav-

SANDWICHES



ши у себе м'ясний сік і розтоплений сир, не розвалювалася б на частини. Прикрашають готовий виріб підсмаженою цибулею. Вважається, що найкращі чізстейки готують у ресторанах «Джіно», «Джім», «Пет» і «Тоні Люк». Задля експерименту я скуштував їхні сендвічі один за одним, проте мушу визнати, що не дійшов висновку, який із них кращий. У Північній Кароліні головне – свинина, яку смажать і коптять при невисокій температурі, аж доки солодке ніжне м'ясо не можна буде відривати без допомоги ножа. Іноді його нарізають тоненькими скибочками разом із золотистою шкоринкою, невелику кількість якої теж запікають разом із м'ясом. У невеликих містах рівнинної східної частини штату, що простягнулася вздовж узбережжя, наприклад, у Вільсоні, прийнято смажити цілу тушу, використовуючи як джерело високої температури лише дрова. Так, зокрема, роблять у ресторані «У Мітчелла». Потім м'ясо ріжуть на великих шматки і вкладають у булку для гамбургера разом із салатом з тонко нашаткованої капусти. У Північній Кароліні сендвічі приправляють соусом для барбекю на основі томатної пасті, однак на заході штату, у П'емонті, в таких містах, як Лексінгтон, запікають лише свинячі лопатки (знову ж таки на дроках), які ріжуть на порційні шматки і теж подають у вигляді гамбургера з шаткованою капустою. Однак соус тут роблять на основі оцту. Спітайте мешканців заходу і сходу Північної Кароліни, що вони думають про барбекю, яке готують у протилежній частині штату, і з обох боків ви почуете у відповідь лише саркастичне пирхання. Особисто мені однаково подобаються обидва північно-каролінські рецепти.

У Маямі, яке дало притулок сотням тисяч іммігрантів з Куби, тримають першість кубинські сендвічі. Скибки шинки, смаженої свинини і швейцарського сиру вкладають у булку разом зі шматочками солоного огірка і приправляють гірчицею і часниковим соусом. Потім сендвіч витримують під пресом, поки сир не розплавиться, а булка не візьметься хрусткою шкоринкою. Пройдіться вулицями Маямі, і ви переконаєтесь, що повсюди – від суперсучасної Саут-Біч до Калле Охо (Восьмої стріт), осередку тамтешньої кубинської громади, – цю страву готують у десятках ресторанів і кафе, зокрема у «Версалі».

ЯК ГОДУВАЛИ СТРАЙКАРІВ

У Нью-Орлеані за сендвічеве лідерство змагаються по-бой і муффалетта. З ґрунтовної праці Джона Т. Еджа під назвою «Південний черевань», яка є вичерпним джерелом інформації про їжу жителів південних штатів, ми дізнаємось, що по-бой, яким ми його сьогодні знаємо, з'явився з легкої руки власників крамниць Бенні та Кловіса Мартінів.

Вони безкоштовно годували своїми сендвічами страйкарів – робітників трамвайної лінії, приказуючи: «Ось іде ще один бідолаха» (роог боу – бідолаха – вони вимовляли як ро-боу). Едж зауважує, що ці два чоловіки, мабуть, були не першими, хто здогадався начиняти французькі булки шинкою і ростбіфом, однак назву цьому виробу дали най-імовірніше саме вони. Сьогодні у таких місцях Нью-Орлеана, як «Казаменто», «Углесіч», «Парасоль», «Мандіна», «У мами», чим тільки не начиняють свої творіння виробники по-бой. У ділі йде все – від устриць, креветок і м'якотілки крабів до качиного м'яса.

З муффалеттою пов'язана зовсім інша історія. Цей сендвіч отримав свою назву від округлого буханця сицилійського хліба, начиненого шинкою, саламі, мортаделлою, провлоном і оливами та приправленого такою кількістю часнику, що його запах міг би справно відганяті лихих духів упродовж кількох десятків років. Його й досі готують там, де винайшли ще у 1906 році – у центральній бакалійній крамниці, що на початку Французького кварталу, та у крамниці «Прогрес» на сусідній Декатур-стріт. В якій з них сендвічі кращі? Візьміть по півмуффалетти з кожної і порівняйте самі. Якщо вам більше до вподоби їсти муффалетту, зручно вмостившись за столом, можете піти до ресторану «Наполеон-Хаус».

У Луїсвіллі (штат Кентуккі) ви матимете нагоду поласувати гарячими підсмаженими до золотистої шкоринки сендвічами у місці їхнього походження – ресторані «У Дж. Грена», розташованому у Браун-готелі. Згідно з історією готелю, яку передають із вуст у вуста, наприкінці 1920-х років готельному кухареві спало на думку робити сендвічі з м'яса індички і подавати їх під соусом «морней» з беконом і стручковим перцем, попередньо витримавши під гнітом у духовці. В результаті було отримано таку чудову на смак суміш, що її мало б за честь вважати своєю батьківщиною будь-яке місто.

У Лос-Анджелесі є крамниця сендвічів під назвою «У Філіппе», де стверджують, що саме тут уперше було запропоновано так звану французьку модифікацію цієї страви. Як розповідається у книзі Джейн і Майлса Штернів «Дорожня їжа» – путівнику по 500 придорожніх закладах харчування у Сполучених Штатах, продавець, який готував сендвічі, ненавмисно впустив булку у яловичу підливу. І клієнт, оскільки дуже поспішив, із задоволенням з'їв «вогкий» сендвіч, не бажаючи чекати, поки йому зроблять інший.

Сьогодні у цій крамниці готують «вогкі» сендвічі на будь-який смак: з яловичиною, телятину, свининою та індичкою. Якщо ви захочете, його навіть двічі опустяте у підливу, гарантуючи вам «мокрий» сендвіч з кількістю холестерину, гідною візиту до кардіолога. ■

ЖИР ЗЕМЛІ АМЕРИКА ВИРІШУЄ ПРОБЛЕМУ ЗАЙВОЇ ВАГИ

Майкл Джей Фрідман

Доступність дешової їжі у поєднанні з малорухливим способом життя спричинила збільшення об'єму талії середньостатистичного американця. Добриї дві третини дорослого населення мають зайву вагу або, що ще гірше, страждають на ожиріння. Лікування хвороб, пов'язаних із зайвою вагою, щороку коштує Сполученим Штатам понад 100 мільярдів доларів. Усвідомлення цієї проблеми суспільством стає дедалі глибшим: американці витрачають сотні доларів на дієтичні продукти, більше уваги приділяють фізичним вправам і вишукують низькокалорійні страви у ресторанних меню.

Американці, як жоден інший народ, мають щастя досконо чутатися найрізноманітнішою їжею. В оточенні принадних, зручних для споживання та дешевих харчів, які, проте, нерідко виявляються висококалорійними, багато хто з них не стримує себе. Способ життя, який характеризується переїданням на тлі зниженої фізичної активності, призвів до різкого поширення ожиріння у Сполучених Штатах. Це дуже негативно впливає на здоров'я нації і підвищує навантаження на систему соціального забезпечення. Дедалі більше американців усвідомлює, що наявність великої кількості харчових продуктів вимагає вдумливого вибору.

Протягом шести мільйонів років своєї історії людина добувала їжу, полюючи на тварин, ловлячи рибу або збирати юїтівні рослини. Оскільки регулярне харчування за таких умов не могло бути гарантоване, *Homo sapiens* як біологічний вид у процесі еволюції добре пристосувався до нестачі їжі. Наше тіло запасає надлишкові калорії у вигляді жиру, а потім перетворює цей жир на енергію, коли їжа відсутня. Ця чудово відлагоджена метаболічна система справно служить нам, але вона не пристосована до хронічного переїдання. Простіше кажучи, тіло продовжує нагромаджувати надлишок енергії у вигляді жиру, навіть якщо зайва вага, якої воно набирає при цьому, виявиться шкідливою.

Зміни у стилі життя

Сучасне сільське господарство поклаво край нестачі продовольства у Сполучених Штатах. Однак зміни у способі життя і неправильне харчування спричинили поширення ожиріння лише протягом кількох останніх років. Однією з причин цього є те, що американці почали вживати більше переробленої їжі. Вона може бути смачною і зручною, до того ж дешевою, аніж цільні фрукти і овочі, що мають однакову з нею калорійність. Проте під час обробки до неї часто додають харчосмакові додатки, зокрема цукор (на

Майкл Джей Фрідман працює у Відділі міжнародних інформаційних програм Державного департаменту Сполучених Штатів. Адвокат, має вченій ступінь у галузі історії американської дипломатії та політики, присуджений йому Університетом штату Пенсильванія.

який у 1970 році припадало 11% калорійності усієї спожитої американцями їжі, а нині 16%), олію і крохмаль.

Іншою причиною стало те, що американці частіше почали харчуватись у ресторанах, особливо у ресторанах швидкої їжі. Сьогодні американці «від'єдаються» вдвічі частіше, аніж у 1970 році, витрачаючи у ресторанах понад 40 центів кожного долара, відведеного ними на купівлю харчів. Особливо нам припала до душі швидка їжа. Обсяги її продажу за минулі 20 років зросли на 200%, і тепер склалася ситуація, коли кожен із чотирьох американців щодня харчується у ресторані швидкої їжі. Оскільки вартість однієї калорії дуже знизилася, американці привчили себе до великих порцій: гамбургери сьогодні роблять на 23% важчими, а безалкогольних напоїв наливають на 52% більше, як 20 років тому.

Зміни у харчуванні супроводжуються змінами у способі життя. Американці часто живуть самі або у сім'ях, де працює і чоловік, і жінка. В умовах, коли часу, щоб самостійно приготувати їжу і всією сім'єю поїсти, не вистачає, напівфабрикати здаються привабливою альтернативою. Мікрохвильова піч здатна розігріти заморожені продукти за лічені хвилини. У ресторанах швидкої їжі з'явилися віконця для обслуговування клієнтів, які перебувають за кермом автомобіля, так що батьки, повертаючись з роботи додому, можуть купити вечерю для своєї зголоднілої сім'ї, навіть не виходячи з машини! У цій вечері може виявитися більше «порожніх калорій» (тобто не супроводжуваних поживними речовинами), аніж у їжі, приготованій у домашніх умовах, але американці, яким завжди не вистачає часу, нерідко заплющують на це очі.

Друга частина змін, які торкнулися способу життя американців, стосується фізичних вправ. Люди, які ведуть активний спосіб життя, спалюють спожиті калорії. Однак дедалі більше американців оселяється у місцевостях, де дістается на роботу або до крамниці можна лише автомобілем або громадським транспортом. За останні 25 років кількість американців, які ходять пішки або їздять на велосипеді, зменшилася на 40%. Тим часом змінився характер праці. Менше американців стало працювати у промисловості на фізично важких роботах. Натомість вони частіше сидять за монітором комп'ютера, маніпулюючи даними, а вдома проводять дозвілля перед телевізором або мандрують Інтернетом, що ускладнює боротьбу з зайвими калоріями і кілограмами. Показово, що ожиріння є меншою проблемою для Нью-Йорка, мешканці якого ходять пішки на роботу, до крамниці та в місця розваг частіше, ніж у переважній більшості інших американських міст.

ДІЄТИ: ПРИГОЛОМШЛИВЕ РОЗМАІТТЯ

Складається враження, що американці масово переходят на дієту, і в кожного з них на це є свої причини.

Більшість мотиває своє рішення бажанням позбутися зайвої ваги і таким чином зміцнити здоров'я та покращити зовнішність. Але певну роль відіграють і інші міркування, зокрема релігійні (існують релігії, що забороняють вживання деяких видів їжі) та етичні (неприйняття вбивства тварин – поширеніший стимул до вегетаріанства). Іноді головним мотивом є бажання зберегти довкілля через відмову від продуктів, виробництво яких вважається згубним для навколишнього середовища. Трагічною є та ж, що дієта є частиною загальної філософії життя.

З книг, журналів, Інтернету можна дізнатися про величезну кількість найрізноманітніших дієт. Вони різняться за методологією, набором продуктів, заборонених до споживання, увагою, приділеною калорійності їжі та вмісту в ній жирів і вуглеводів, а також за місцем, відведенім для фізичних навантажень.

Багатство вибору дає надію на те, що у випадку безрезультивності однієї дієти завжди можна випробувати якусь іншу. Тут наведено деякі з найпопулярніших дієт, яких американці дотримуються сьогодні:

ДІЄТА ЕТКІНСА

- Запропонував нині покійний кардіолог доктор Роберт Еткінс.
- Суворо забороняє рафіновані вуглеводи, зокрема цукор і вироби з пшеничного борошна.
- Дозволяє всі інші продукти, зокрема м'ясо.
- Не передбачає суворих обмежень на жири і калорії.
- Ділиться на чотири етапи: індукція, фаза активного зменшення ваги, фаза підготовки до підтримки бажаної ваги, фаза підтримки бажаної ваги (триває все життя).

ДІЄТА БЕВЕРЛІ ГЛЛЗ

- Запропонувала Джуді Мейзел, дієтолог і автор наукових праць.
- Рекомендовано сирі фрукти.
- Заборонено вживати білкові продукти разом з вуглеводами.
- Починається з 35-денного плану, в якому детально вказано, яку саме їжу і коли вживати.

Розширення талії

Наслідком усього цього є швидке патологічне розширення талії середньостатистичного американця. З 1991 року кількість американців, що мають зайву вагу або страждають від ожиріння, збільшилася на 74%. У ці дві категорії входить добреї дві третини населення Сполучених Штатів. Національний центр із профілактики хронічних захворювань і сприяння здоров'ю, що в Атланті (штат Джорджія), розробив формулу, відому як індекс маси тіла (IMT), для розрахунку відношення маси жирової тканини тіла до маси всіх інших тканин. Вважається, що кожен, чий IMT перебуває у проміжку від 25 до 29,9, має зайву вагу, а в осіб з IMT, що дорівнює або перевищує 30, діагностується ожиріння. Див. <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/defining.htm>.

Наслідки для здоров'я нації виявилися надзвичайно серйозними. Їх подолання коштує Сполученим Штатам 300 мільярдів доларів на рік. Підраховано, що у США від захворювань, пов'язаних із зайвою вагою, зокрема від діабету і хвороб серця, щороку помирає 300 тисяч осіб. Ожиріння сьогодні можна вважати головною причиною передчасної смерті американців. Якою б тривожною не була ця статистика, вона не може передати міру, до якої зайва вага обмежує спроможність людини займатися повсякденними справами.

Масове ожиріння з'явилося відносно недавно, однак багато американців уже усвідомило значення уважного ставлення до дієти і фізичної активності. Щороку вони витрачають понад 34 мільйони доларів на купівлю дієтичних продуктів. Дієвість цих заходів залишається сумнівною, оскільки контроль за масою тіла вимагає не так «невідкладних» заходів, як послідовного оздоровлювання способу життя. Позитивним сигналом стала поява на ринку швидкої їжі здоровіших, проте так само зручних для споживання продуктів, а також поширення дієтичних меню у ресторанах. Навіть індустрія швидкої їжі повідомляє про те, що обсяги продажу салатів як головної страви за минулій рік зросли на 16%.

Щоб скинути зайву вагу і зберегти здоров'я, людина повинна замислюватися над тим, що вона є єсть і який спосіб життя веде. Американці починають розуміти, що їм не можна бездумно захоплюватися, здавалось би, безмежним достатком. Серед позитивних кроків, які роблять американці у цьому напрямі, слід відзначити надання повнішої інформації про харчову й енергетичну цінність продовольчих продуктів, налагодження поживнішого і збалансованішого харчування у школах, проведення освітніх кампаній серед громадськості та розширення асортименту низькокалорійних страв у ресторанах.

СКАРСДЕЙЛЬСЬКА ДІЕТА

- Запропонував нині покійний кардіолог доктор Герман Тарновер.
- Починається з обов'язкового плану тривалістю від 7 до 14 днів.
- Містить перелік продуктів, які можна і яких не можна їсти.
- Особливо рекомендує фрукти, овочі і продукти з низьким вмістом білків.
- Забороняє «перекушувати» у проміжках між основними прийомами їжі.

ДІЕТА САУТ БІЧ

- Пропагує кардіолог доктор Артур Агатсон.
- Ділиться на три стадії.
- Дозволяє звичайну кількість нежирного м'яса, зокрема риби або птиці.
- У першій стадії, яка триває 14 днів, забороняє хліб, рис, макаронні вироби, цукор, печиво.
- Дозволяє у необмеженій кількості будь-які овочі за винятком тих, які містять багато цукристих речовин, тобто буряків, моркви, кукурудзи і батату.

ДІЕТА "WEIGHT WATCHERS" (зареєстрована торгова марка)

- Наголошує на зміні способу життя. Передбачає систематичні зустрічі, на яких люди, котрі її дотримуються, спілкуються і підбадьорюють одне одного.
- Пропагує активне дозвілля, яке допомагає позбутися звички їсти через нудьгу.
- Кожний страві приписано певний бал, який враховує вміст у ній жирів, клітковини і калорій.
- Не забороняє жодного з продуктів, проте вимагає не перевищувати граничну суму балів.

ДІЕТА «FIT FOR LIFE»

- Пропагує дієтолог Гарвей Даймонд.
- Грунтуються на споживанні великої кількості фруктів і овочів.
- Різко обмежує у раціоні кількість м'яса і молочних продуктів.
- Привчає людину приймати їжу відповідно до «природних травних циклів».

ДІЕТА «ВЕГАН»

- Вегетаріанська дієта, яка суверо забороняє вживати в їжу м'ясо та інші продукти тваринного походження, в тому числі молоко і сир.

ЧИ Й СПРАВДІ ЦЕ РЕСТОРАН?



На початку 1930-х років жорстка конкуренція у ресторанному бізнесі та поява у американців дедалі більшої кількості автомобілів зумовили широке застосування стилю, який іноді називають «програмною» архітектурою. Власники закладів харчування і будівельники намагалися зводити ресторани з химерними обрисами, які вирізняли б їх на загальному тлі й нагадували їхні страви. Зокрема, спорудам надавалися форми тарілки, горнятка з кавою, пляшки з молоком, пиріжка, сендвіча, гіантських фруктів, а також різних видів птиці чи тварин. Іншими відомими прикладами можуть бути знаменитий ресторан «Браун дербі» («Брунатний капелюх») у Лос-Анджелесі, збудований у вигляді чоловічого капелюха, та ресторани швидкої їжі «Вайт кестл» («Біллій замок»), які нагадували мініатюрні замки з зубчастими стінами і вежами. Такі будівлі, за задумом їхніх власників, своїм чудернацьким виглядом повинні були привертати увагу водіїв автомобілів, що проїздили повз

них, викликати у них усмішку, а можливо, й змушувати їх зупинитися і заходити всередину, щоб поїсти. Незважаючи на те, що цей архітектурний стиль у 1950-х роках почав відходить у минуле, його зразки можна побачити ще й сьогодні. Деякі з цих споруд і досі функціонують як ресторани, а інші залишаються ностальгічним нагадуванням про минулу епоху.

1. «Твісті тріт», Сент-Джозеф (штат Міссурі).
2. «Дунат голп», Ла-Пуенте (штат Каліфорнія).
3. «Біг фіш» («Велика риба»), Бена (штат Міннесота).
4. «Біг чікен» («Велике курча»), Марієтта (штат Джорджія).
5. «Ориндж джус» («Апельсиновий сік»), Тарлок (штат Каліфорнія).
6. «Баррел енд Бан» («Бочка і келих»), Бакроу-Біч (штат Віргінія).

Увага: фотографії захищенні авторським правом (Copyright © John Margolies/Esto)

НАСТІЛЬКИ Ж АМЕРИКАНСЬКИЙ, ЯК... ЯБЛУЧНИЙ ПИРІГ

Яблучний пиріг – це традиційна американська десертна страва.

У кожній сім'ї свій улюблений спосіб його приготування. Ми наводимо один із найкращих рецептів яблучного пирога, взятий з журналу "Cook's Illustrated":

2 ½ фунта (1 кг) яблук: обчистити, розрізати на чотири частини, вийняти середину і подрібнити на шматочки завбільшки приблизно ¾ дюйма (1 см), після чого їхній об'єм становитиме приблизно 5–6 склянок (1,2–1,4 літра);

¾ склянки (177 мл) цукру, ще дві чайні ложки цукру потрібні, щоб посыпти готовий пиріг;

2 столові ложки борошна;

½ чайної ложки меленої кориці;

пучка солі;

тісто (рецепт див. нижче) на два коржі діаметром від 8 до 9 дюймів (20–23 см);

2 столові ложки несолоного масла, порізаного на шматочки.

Висипте яблука і чотири наступні складники у широку кастрюлю і дайте їм постояти, поки вони не розм'якнуть і трохи не зменшаться в об'ємі, але не більше 10–15 хвилин.

Поставте деко якомога нижче у духовці і розігрійте духовку до температури 400 градусів за Фаренгейтом (204° за Цельсієм). Розкачайте у формі кола більшу частину тіста на притрушений борошном дощі завширшки 12 дюймів (30,5 см) і завтовшки приблизно ¼ дюйма (3 мм). Перенесіть розкачане тісто на форму діаметром 9 дюймів (22,9 см). Не зважайте на те, що краї тіста звисатимуть з форми. Вилийте яблучну суміш разом із соком на тісто. По поверхні яблук рівномірно розподіліть шматочки масла.

Розкачайте у формі кола меншу частину тіста завширшки 10 дюймів (25 см) на притрушений борошном дощі. Накрійте ним пиріг. Заберіть зайве тісто з країв пирога, щоб воно виступало за межі форми не більше, як на ¼ дюйма (6 мм). Згорніть краї тіста донизу так, щоб вони прилягали до внутрішнього краю форми. Натисніть на краї коржів ножем або зубцями виделки, щоб вони краще зліпилися між собою. Зробіть у верхньому коржі 4 невеликі отвори, крізь які буде виходити пара, і посыпте його цукром.

Поставте форму на деко і печіть, поки верхній корж не набуде світло-буруватого кольору (приблизно 30 хвилин). Потім зменшіть температуру духовки до 350 градусів (177° за Цельсієм) і печіть, поки шкірочка пирога не набере насищено золотисто-буруватого кольору, а яблука не будуть легко проштрикуватися ножем, тобто ще приблизно 30 хвилин. Якщо пиріг загнітиться раніше, аніж спечеться, накрійте його фольгою і продовжуйте пекти.

Перенесіть пиріг на дротяну підставку і охолоджуйте протягом щонайменше однієї години. Пиріг подають теплим разом з ванільним морозивом.

ТИСТО

(На один корж діаметром 8–9 дюймів (20–23 см)

Щоб подрібнити масло на маленькі шматочки, розріжте видовжений його кусок навпіл уздовж, поверніть на 90° і ще раз розріжте навпіл. Потім відрізайте від нього кубики розміром ¼ (6 мм) дюйма. Тісто треба буде розкачувати до товщини ⅛ дюйма (3 мм).

1 ¼ склянки борошна

½ чайної ложки солі

1 столова ложка цукру

6 столових ложок охолодженого несолоного масла, порізаного на ¼-дюймові кубики (6 мм).

4 столові ложки охолодженої олії

3–4 столові ложки охолодженої води

1. Вимішуйте борошно, сіль і цукор у міксері зі сталевою насадкою, поки суміш не стане схожою на грубо змелене борошно, а шматочки масла будуть нагадувати дрібні горошинки. Після цього увімкніть міксер іще чотири рази з інтервалами тривалістю 1 секунду. Висипте суміш у широку кастрюлю.

2. Полийте суміш 3 столовими ложками крижаної води. Перемішайте лезом ножа або гумовим шпателем. Натисніть на тісто широким кінцем шпателя і переконайтесь, що тісто злипається. У протилежному випадку додавайте по одній столовій ложці крижаної води, поки тісто не почне злипатися. Сформуйте з тіста кульку, а потім розкачайте її у вигляді диска діаметром 4 дюйми (10 см). Притрусіть його борошном, загорніть у поліетиленовий пакет і перед тим, як робити з нього коржі, покладіть у холодильник на 30 хвилин.

Передруковано з дозволу редакції журналу "Cook's Illustrated" з випуску за вересень-жовтень 1994 року. Ознайомлювальний примірник журналу "Cook's Illustrated" можна замовити у Службах Штатів за телефоном 800-562-8442. Вибрані статті і рецепти, а також інформацію про умови передплати можна знайти в Інтернеті за адресою www.cooksillustrated.com.

КУЛІНАРНА МОВА

*Кулінарія дала англійській мові чимало ідіоматичних висловів.
Тут наведено лише деякі з них.*

To sow wild oats – насолоджуватися безтурботною юністю, перш ніж посерйознішати і взяти на себе обов'язки дорослої людини. *Like many young men, John wanted to sow some wild oats after graduating from college.* Джону, як і багатьом молодим людям, по закінченню коледжу хотілося трохи розвіятись.

From soup to nuts – все, що тільки можна уявити. *The bridal shop has everything from soup to nuts when it comes to weddings.* Якщо справа доходить до весілля, то у крамниці для молодят є все, що тільки можна собі уявити.

To be a peach – бути чудовим. *My friend Susan was a peach to lend me ten dollars when I found I didn't have enough money for lunch.* Моя подруга Сюзан була такою люб'язною і позиціючи мені десять доларів, коли виявилося, що у мене не вистачає грошей на обід.

Peachy keen – фантастичний. *All kids agreed that the movie was peachy keen.* Всі діти зійшлися на думці, що фільм був просто приголомшливим.

To separate wheat from the chaff – відділяти хороше від поганого, корисне від шкідливого. *The revised evaluation process was designed to separate wheat from the chaff.* Процес оцінювання було переглянуто, щоб відділити зерно від полови.

To work for peanuts – отримувати низьку платню. *Tired of working for peanuts, Tom applied for and obtained better job.* Втомившись працювати задурно, Том після деяких пошукувів знайшов собі кращу роботу.

Sour grapes – образа і ревнощі. *Some people reacted negatively to Maureen's promotion, but she thought that it was just sour grapes.* Дехто негативно відреагував на підвищення Морін, проте вона вирішила, що це викликано заздрощами.

A lemon – неякісно зібраний автомобіль, який постійно виходить із ладу. *Convinced that his car was a lemon when it broke down for the third time in a month, Bill decided to return it to the dealer from whom he bought it.* Білл, переконавшись, що його автомобіль, який зламався втретє протягом місяця, знову зіпсований, вирішив здати його тому самому дилерові, в якого він його придбав.

To have your cake and eat it, too – бажання мати дві протилежні речі одразу. *Margaret, who enjoyed the convenience of living with her parents but longed for the independence of living in her own apartment, finally accepted the fact that she could not have her cake and eat it, too.* Маргарет, якій подобалася зручності проживання з батьками, але якій хотілося незалежності у власному помешканні, врешті-решт змирилася з фактом, що їй не вдається всидіти на двох стільцях одразу.

Crying over spilled milk – марне ремствування з приводу того, що неможливо змінити. *Nicholas was upset that he had overslept and missed his job interview, but he decided that it was pointless to cry over spilled milk.* Ніколасу було дуже прикро, що він проспав і не потрапив на співбесіду з роботодавцем, проте він вирішив, що немає сенсу картати себе за те, що вже неможливо виправити.

To spill the beans – ненавмисно розкрити таємну інформацію. *Tiffany had planned a surprise party for her husband's birthday, but her sister spilled the beans by mentioning it to him when she saw him at the market.* Тіффані хотіла, щоб вечірка з приводу дня народження її чоловіка була для нього приємною несподіванкою, але її сестра, зустрівши його у супермаркеті, випадково вибовкала йому цей секрет.

To bring home the bacon – добре забезпечувати матеріально свою сім'ю. *One of the reasons why Anne's parents approved her new husband was the fact that he really brought home the bacon.* Однією з причин прихильності батьків Енн до її нового чоловіка було те, що він досить непогано заробляв.

Apple of one's eye – предмет неабиякої гордості. *Her new baby is the apple of Marion's eye.* Маріон дуже пишається своїм немовлям.

As easy as pie – дуже легко. *Nicholas had expected to have great difficulty in learning the rules of American football, but he was surprised to find that it was as easy as pie.* Ніколас гадав, що йому буде дуже важко вивчити правила американського футболу, і був україн здивований, коли виявилося, що вони зовсім прости.

Cream of the crop – найкращий. *"These puppies are the cream of the crop" – said the breeder.* «Ці цуценята найкращі у виводку», – сказав селекціонер.

A finger in every pie – у все втручатися, іноді викликаючи цим роздратування. *The new boss irritated some employees by seeming to want to have a finger in every pie.* Новий начальник дратував декого з підлеглих своєю манерою всюди встремляти свої п'ять копійок.

Cool as cucumber – зберігати спокій у складних обставинах. *Debbie was nervous when examination began, but her friend Sarah was as cool as cucumber.* Коли почався екзамен, Деббі розхвилювалася, проте її подруга Сара була абсолютно незворушно.

Cup of tea – дещо залежне від особистих смаків. *Peter declined the invitation to play cards, saying that it just wasn't his cup of tea.* Пітер відхилив пропозицію пограти в карти, пояснивши, що він не є шанувальником цієї гри.

To use your noodle – працювати головою, думати. *"It wouldn't seem so hard if you would just use your noodle", – the teacher told the student.* «Це завдання не здалося б вам таким складним, якби ви хоч трохи подумали», – сказав викладач студентові.

To butter up – підлещуватися. *When Sylvia constantly praised her supervisor, some of her co-workers thought that she was just trying to butter him up.* Коли Сильвія, не вгаваючи, вихвалає свого шефа, декому з її колег здалося, що вона підлещується до нього.

To go bananas – втратити контроль над собою. *Tony was worried that his parents would go bananas when they found out that he had put a dent in their car.* Тоні боявся, що його батьки втратять самовладання, дізnavшись, що він пом'яв їхню машину.

Like taking candy from a baby – до смішного просте завдання. *The dishonest salesman was so good at cheating customers that it was almost like taking candy from a baby.* Безсовісний продавець так навчився обдурювати покупців, що для нього це стало дитячою забавкою.

To bear fruit – увінчатися успіхом. *The Wright brothers worked diligently on their aeronautical research for years, confident that their hard work would eventually bear fruit.* Брати Райт протягом багатьох років наполегливо проводили дослідження у галузі повітроплавання, не сумніваючись, що їхня тяжка праця зрештою увінчається успіхом.

Two peas in a pod – дуже схожий. *Barry and his brother Gary looked so much alike that people often told them they were like two peas in a pod.* Баррі та його брата Гері було настільки важко розрізнати, що їм часто казали, ніби вони схожі один на одного, як дві краплі води.

To eat humble pie – визнати помилку. *The arrogant scientist had to eat humble pie when his efforts to invent a better rocket fuel caused an explosion.* Зарозумілій вчений змущений був визнати свою помилку після того, як його спроби отримати вдосконалене ракетне паливо привели до вибуху.

In a nutshell – у стислому викладі. *"In a nutshell, the overall position of the company has improved greatly in the past year", – said the company president as he began his speech to the board of directors.* «У кількох словах – становище компанії в цілому за минулій рік значно покращилося», – сказав президент компанії, починаючи свій виступ перед радою директорів.

In the soup – у біді. *Rachel knew that if she did not finish her project on time, she would be in the soup.* Рейчел знала, що, не закінчивши вчасно свій проект, вона матиме великі неприємності.

In a pickle – у скрутному становищі. *Bob was in a pickle when his car broke down in a pouring rainstorm.* Боб потрапив у справжнісінку халепу, коли його машина відмовила під ряснім грозовим дощем.

Big enchilada – важлива персона. *Elizabeth's election as president of her sorority confirmed the opinion of her friends that she was a big enchilada.* Обрання Елізабет президентом університетського жіночого клубу підтвердило думку подруг, які вважали її важливою персоною.

Cauliflower ear – вухо, деформоване внаслідок перелому хряща. *The wrestling coach insisted that his wrestlers always wear headgear, in order to avoid developing cauliflower ears.* Тренер з боротьби наполягав на тому, щоб його вихованці завжди одягали на голову пов'язки для запобігання травмам, після яких вуха стають схожими на цвітну капусту.

Flat as a pancake – абсолютно плаский. *The Great Plains are often described as flat as a pancake.* Про Великі Рівнини часто кажуть, що вони пласкі, наче деко.

Nutty as a fruitcake – дуже дивний або ексцентричної. *The elderly man's behavior became so unusual that some of his neighbors considered him to be as nutty as a fruitcake.* Поведінка старого стала настільки ексцентричною, що дехто з сусідів вважав його диваком.

ЛІТЕРАТУРА

Додаткові літературні джерела, присвячені американським стравам, їх приготуванню і споживанню.

Anderson, Jean. The American Century Cookbook. (Андерсон Джин. «Американська кулінарна книга століття»). New York: Clarkson N. Potter, 1997.

Art Institute Staff. American Regional Cuisine: A Coast-to-Coast Celebration of the Nation's Culinary Diversity. (Співробітники інституту мистецтв. «Американська регіональна кухня: свято національного кулінарного різноманіття від узбережжя до узбережжя»). New York: Wiley, 2002.

Bastianich, Lidia Matticchio. Lidia's Italian-American Kitchen. (Бастянич Лідія Маттіккіо. «Італійсько-американська кухня Лідії»). New York: Knopf, 2001.

Beard, James. James Beard's American Cookery. (Берд Джеймс. «Американські страви Джеймса Берда»). Edison, NJ: Galahad Books, 1996.

Child, Julia, Simone Beck, and Louisette Bertholle. Mastering the Art of French Cooking. (Чайлд Джулія, Сімона Бек і Луїзетта Бертолль. «Опанування мистецтва французької кухні»). 40th ed. New York: Knopf, 2001. 2 vols.

Claiborne, Craig. The New York Times Cookbook. (Клейборн Крейг. «Кулінарна книга «Нью-Йорк таймс»»). New York: HarperTrade, 1990.

Cronkhite, Russell. A Return to Sunday Dinner. (Кронкгейт Рассел. «Повернення до недільного обіду»). Sisters, OR: Multnomah, 2003.

Crosby, Alfred W. The Columbian Exchange: Biological and Cultural Consequences of 1492. (Кросбі Альфред В. «Колумбів обмін: біологічні та культурні наслідки 1492 року»). 30th ed. Westport, CT: Praeger, 2003.

Cunningham, Marion et al. The Fannie Farmer Cookbook. (Каннінгем Маріон та ін. «Кулінарна книга Фанні Фармер». Видана на вшанування сторіччя з дня опублікування класичної праці «Кулінарна книга бостонської школи кухарів 1896 року», автором якої була Фанні Мерріт Фармер. Електронну копію видання 1918 року можна знайти в Інтернеті за адресою <http://www.bartleby.com/87/>. 13th ed. New York: Knopf, 1996. 874 pp.

Denker, Joel. The World on a Plate: A Tour Through the History of America's Ethnic Cuisine. (Денкер Джоел. «Світ на тарілці: екскурс в історію американської національної кухні»). Boulder, CO: Westview Press, 2003.

Diehl, Lorraine B. and Marianne Hardart. The Automat: The History, Recipes, and Allure of the Art Deco Masterpieces. (Діль Лорен Б. і Маріана Гардарт. «Автомат: історія, рецепти і стиль шедеврів «арт-деко»»). New York: Crown, 2002.

Dornenburg, Andrew and Karen Page. The New American Chef: Cooking With the Best of Flavors and Techniques From Around the World. (Дорненберг Ендрю і Карен Пейдж. «Новий американський шеф-кухар: застосування найкращих приправ і кухарських технологій з усього світу»). New York: Wiley, 2003.

Elie, Lolis Ellis and Frank Stewart. Smokestack Lightning: Adventures in the Heart of Barbecue Country. (Елі Лолі Елліс та Франк Стоупарт. «Іскри над димом: пригоди у серці країни барбекю»). New York: Farrar, Straus & Giroux, 1997.

Fisher, M.F.K. The Art of Eating. (Фішер М.Ф.К. «Мистецтво споживання їжі»). New York: Wiley, 2004.

Gutman, Richard J.S. American Diner Then and Now. (Гутмен Річард. «Американський обід колись і тепер»). Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2000.

Haber, Barbara. From Hardtack to Home Fries: An Uncommon History of American Cooks and Meals. (Гейбер Барбара. «Від сухаря до домашньої печені: неофіційна історія американської кухні та їжі»). New York: Simon and Schuster, 2004.

Hatchett, Louis B., Jr. Duncan Hines: The Man Behind the Cake Mix (Гетчетт Луїс Б., мол. «Дункан Гайнс: людина за брікетом для кекса»). Macon, GA: Mercer University Press, 2004.

Hughes, Holly, ed. Best Food Writing 2004. (Під ред. Г'юза Голлі. «Найкращі літературні твори про їжу 2004 року». Це п'яте видання циклу, до якого входять найкращі твори, взяті з книжок, газет, журналів, бюллетенів й Інтернету). New York: Avalon Publishing Group, 2004.

Katzen, Mollie. The New Moosewood Cookbook. (Кетцен Моллі. «Нова кулінарна книга Музвода»). Berkeley, CA: Ten Speed Press, 2004.

Levine, Ed. Pizza: Slice of Heaven. (Лівайн Ед. «Піцца: скибка небес»). New York: Universe, November 2004.

Levine, Ed. New York Eats (More): The Food Shopper's Guide to the Freshest Ingredients, the Best Take-out and Baked Goods, and the Most Unusual Marketplaces in All of New York. (Лівайн Ед. «Нью-Йорк єсть: путівник покупця, котрий шукає найсвіжі-

ші продукти, найкращі ресторани і найсмачніший хліб, по найцікавіших крамницях Нью-Йорка). *New York: St. Martin's Press, 1997.*

Levenstein, Harvey A. Paradox of Plenty: A Social History of Eating in Modern America. (Левенстайн Гарвей А. «Парадокс достатку: соціальна історія споживання їжі у сучасній Америці»). Rev. ed. Berkeley: University of California Press, 2003.

Lewis, Edna. The Taste of Country Cooking. (Луїс Една. «Сmak сільських страв»). New York: Random House, 1976.

Lewis, Edna and Scott Peacock. The Gift of Southern Cooking: Recipes and Revelations from Two Great American Cooks. (Люїс Една та Скотт Пікок. «Дарунки південної кухні: рецепти і секрети двох видатних американських кухарів»). New York: Knopf, 2003.

Lo, Eileen Yin-Fei. The Chinese Kitchen: Recipes, Techniques, Ingredients, History, and Memories from America's Leading Authority on Chinese Cooking. (Ло Ейлін Ін-Фей. «Китайська кухня: рецепти, технології, інгредієнти, історія і спогади від найавторитетнішого китайського кухаря Америки»). New York: Morrow, 1999.

Lovegren, Sylvia. Fashionable Food: Seven Decades of Food Fads. (Лавгрен Сільвія. «Модна їжа: сім десятиліть кулінарних витівок»). New York: Macmillan, 1995.

Lukins, Sheila and Peter Kaminsky. Celebrate! (Лакінз Шейла і Пітер Камінскі. «Святкуйте!» Збірка меню та рецептів до 43 американських свят – від Нового року і Дня незалежності до Хануки і Різдва). New York: Workman's, 2003.

Mariani, John. America Eats Out: An Illustrated History of Restaurants, Taverns, Coffee Shops, Speakeasies, and Other Establishments That Have Fed Us for 350 Years (Маріані Джон. «Америка за їжею: ілюстрована історія американських ресторанів, таверн, кав'ярен, барів та інших закладів, які годували нас протягом 350 років»). New York: Morrow, 1991.

Marranca, Bonnie, ed. A Slice of Life: A Collection of the Best and the Tastiest Modern Food Writing. (Під ред. Марранка Бонні. «Шматочок життя: збірка найкращих і найапетитніших сучасних творів про їжу»). New York: Overlook Press, 2003.

Martínez, Zarela. Food from My Heart: Cuisines of Mexico Remembered and Reimagined. (Мартінес Зарела. «Нагодуй моє серце: спогади і фантазії на теми мексиканської кухні»). New York: Wiley, 1995.

Martínez, Zarela with Anne Mendelson. Zarela's Veracruz: Mexico's Simplest Cuisine. (Мартінес Зарела та Енні Мендельсон. «Веракрус Зарели: найпростіші мексиканські страви»). Boston: Houghton Mifflin, 2004.

Mercuri, Becky. Food Festival, U.S.A.: 250 Red, White and Blue Ribbon Recipes from All 50 States. (Меркурі Бекі. «Фестиваль

кулінарії, США: 250 рецептів червоної, білої та блакитної стрічки з усіх 50 штатів»). Laurel Glen, 2002.

Morrison, Rosanna Mentzer. FoodReview: Weighing In on Obesity. (Моррісон Розанна Ментзер. «Продовольчий огляд: скільки важить ожиріння?»). ERS FoodReview No. 25-3. Washington: U.S. Dept. of Agriculture, Economic Research Service, January 2003. <http://www.ers.usda.gov/publications/foodreview/dec2002/>

Nathan, Joan. Jewish Cooking in America. (Натан Джоан. «Єврейська кухня в Америці»). New York: Knopf, 1998.

Philipson, Tomas et al. The Economics of Obesity: A Report on the Workshop Held at USDA's Economic Research Service. (Філіпсон Томас та ін. «Економіка ожиріння: доповідь за підсумками «круглого столу», проведеного відділом економічних досліджень Агентства Сполучених Штатів з розвитку»). E-FAN No. 04-004. Washington: U.S. Dept. of Agriculture, Economic Research Service. May 2004. <http://www.ers.usda.gov/publications/efan04004/>

Ray, Rachel. Get Togethers: Rachel Ray's 30-Minute Meals. (Рей Рейчел. «Нумо разом: їжа від Рейчел Рей за 30 хвилин»). New York: Lake Isle Press, 2004.

Reichl, Ruth and Gourmet Magazine Editors, eds. Endless Feasts: Sixty Years of Writing from "Gourmet". (Під ред. Райхль Рут і редакційної колегії журналу «Гурман». «Нескінченне свято: шістдесят років журналу «Гурман»»). New York: Random House, Modern Library, 2004.

Rombauer, Irma S., Marion Rombauer Becker and Ethan Becker. The Joy of Cooking. (Ромбауер Ірма С., Маріон Ромбауер Бекер і Етан Бекер. «Радість готувати їжу»). Rev. ed. New York: Scribner, 1997.

Rosengarten, David. It's All American Food: The Best Recipes for More Than 400 New American Classics. (Розенгартен Девід. «Все це американська їжа: найкращі рецепти більш ніж 400 класичних американських страв»). Boston: Little Brown, 2003.

Rosengarten, David. Taste: One Palate's Journey Through the World's Greatest Dishes. (Розенгартен Девід. «Сmak: гастро-мічна подорож до найкращих світових страв»). New York: Random House, 1998.

Schenone, Laura. A Thousand Years Over a Hot Stove: History of American Women Told Through Food Recipes and Remembrances. (Шенон Лора. «Сто років за гарячою плитою: історія американської жінки у кулінарних рецептах і спогадах»). New York: Norton, 2003.

Shapiro, Laura. Perfection Salad: Women and Cooking at the Turn of the Century (Шапіро Лора. «Досконалій салат: жінка і кухня на порозі нового століття»). New ed. New York: Modern Library, 2001.

Shapiro, Laura. Something from the Oven: Reinventing Dinner in 1950s America. (Шапіро Лора. «Дещо, витягнуте з печі: повторне винайдення обіду в Америці 1950-х років»). New York: Viking Penguin, 2004.

Tillery, Carolyn Quick. The African-American Heritage Cookbook: Traditional Recipes and Fond Remembrances from Alabama's Renowned Tuskegee Institute. (Тіллери Керолін Квік. «Книга афро-американської кулінарної спадщини: традиційні рецепти і добри спогади від алабамського Інституту Таскеджі»). Secaucus, NJ: Citadel Press, 1997.

Tillery, Carolyn Quick. Celebrating Our Equality: A Cookbook with Recipes and Remembrances from Howard University. (Тіллери Керолін Квік. «Свято нашої рівності: книга кулінарних рецептів і спогадів від Університету Говарда»). Secaucus, NJ: Citadel Press, 2003.

Tillery, Carolyn Quick. A Taste of Freedom: A Cookbook with Recipes and Remembrances from the Hampton Institute. (Тіллери Керолін Квік. «Смак свободи: книга кулінарних рецептів і спогадів від Інституту Гемптона»). Secaucus, NJ: Citadel Press, 2002.

Trillin, Calvin. The Tummy Trilogy. (Тріллін Кельвін. «Трилогія черевця». Містить оповідання з трьох раніше опублікованих книг: «Американська печень», «Алісо, давай поймо» та «Третя порція»). New York: Farrar, Straus & Giroux, 1994.

Tsai, Ming and Arthur Boehm. Blue Ginger: East-Meets-West Cooking With Ming Tsai. (Цай Мінь і Артур Боем. «Блакитний імбир. Схід зустрічає Захід із Мінь Цаєм»). New York: Crown, 1999.

Tsai, Ming and Arthur Boehm. Simply Ming: Easy Techniques for East-Meets-West Meals. (Цай Мінь і Артур Боем. «Просто Мінь: легкий спосіб поєднати східну і західну кухні»). New York: Clarkson N. Potter, 2003.

U.S. Dept. of Health and Human Services. Centers for Disease Control and Prevention. Nutrition, Physical Activity, and Obesity Prevention Program. Resource Guide for Nutrition and Physical Activity Interventions to Prevent Obesity and Other Chronic Diseases. (Міністерство охорони і соціального забезпечення США. Центри боротьби з хворобами та профілактики. Харчування, фізична активність і програми запобігання ожирінню. «Путівник по інформаційних ресурсах, присвячених дієтичним і лікувально-фізкультурним заходам з профілактикою ожиріння та інших хронічних захворювань»). Atlanta, GA: [2003]. http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/pdf/guidance_document_3_2003.pdf

Державний департамент США не несе відповідальність за зміст і доступність ресурсів, перелік яких наведено вище.

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ У МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТУ

В Інтернеті можна знайти практично будь-яку інформацію про американські страви, кулінарію і застілля.

ВЕБ-САЙТИ ВІДОМИХ КУХАРІВ

James Beard Foundation

(Фонд Джеймса Берда)

<http://www.jamesbeard.org/>

Julia Child: Lessons with Master Chefs

(Джулія Чайлд: уроки з шеф-кухарем).

<http://www.pbs.org/juliachild/>

Mollie Katzen (Моллі Кетцен)

<http://www.molliekatzen.com/>

Edna Lewis (Една Луїс)

http://eat.epicurious.com/holiday/black_history/index.ssf?/holiday/black_history/lewis.html

Zarela Martínez (Зарела Мартінес)

<http://www.zarela.com/>

Rachel Ray (Рейчел Рей)

http://www.foodnetwork.com/food/rachael_ray/0,1974,FOOD_9928,00.html

Star Chefs (Зірки кулінарії)

<http://www.starchefs.com/chefs/html/index.shtml>

Ming Tsai (Мінь Цай)

<http://www.ming.com/>

Yahoo: Search Directory – Chefs

(Пошукова машина Yahoo: директорія Chefs)

http://dir.yahoo.com/Society_and_Culture/Food_and_Drink/Chefs/

ПЕРІОДИКА

Amber Waves: The Economics of Food, Farming, Natural Resources, and Rural America (Бурштинові хвилі: економіка продовольства, сільського господарства та національних ресурсів і сільська Америка)
<http://www.ers.usda.gov/AmberWaves/>

Bon Appétit («Смачного») <http://eat.epicurious.com/bonappetit/>

Cook's Illustrated («Ілюстрований кулінарний журнал»)
<http://www.cooksillustrated.com/>

Cooking Light («Готуйте легко»)
<http://www.cookinglight.com/cooking>

Cuisine at Home («Домашня кухня»)
<http://www.cuisinemag.com/>

Diabetic Gourmet («Діабетик-ласун»)
<http://diabeticgourmet.com/>

Eating Well: The Magazine of Food and Health
({«Імо правильно: журнал про їжу та здоров'я»})
<http://www.eatingwell.com/>

Everyday Food («Повсякденна їжа»)
<http://www.marthastewart.com/page.jhtml?type=learn-cat&id=cat17922>

Food and Wine («Їжа і вино») <http://www.foodandwine.com/>

Gastronomica: The Journal of Food and Culture
({«Гастрономіка: журнал про їжу та культуру»})
<http://www.gastronomica.org/>

Gourmet: The Magazine of Good Living
({«Гурман: журнал для тих, хто живе з задоволенням»})
<http://eat.epicurious.com/gourmet/>

Simple Cooking («Проста кулінарія»)
<http://www.outlawcook.com/>

Southern Living («Південне життя»)
<http://www.southernliving.com/>

Taste of Home («Смак дому»)
<http://www.tasteofhome.com/>

Vegetarian Times («Вегетаріанська доба»)
<http://www.vegetariantimes.com/>

ВЕБ-СТОРИКИ

The A&W American Recipe Collection

(Колекція американських рецептів від A&W)

<http://www.governorsrecipes.com/>

Цей сайт, спонсований організацією «A&W Root Beer», містить рецепти 50 страв – по одній від кожного штату, – запропонованих губернаторами. За допомогою інтерактивної карти та спеціального меню можна завантажити рецепти страв, у яких використовують напій «рут бір».

America the Bountiful: Classic American Food from Antiquity to the Space Age (Америка родюча: класичні американські страви з античних часів до космічної ери)
<http://www.lib.ucdavis.edu/exhibits/food/>

На цьому сайті, підтримуваному університетом штату Каліфорнія (м. Девіс), можна знайти хроніку застосування 10 класичних груп американських продуктів: яловичини, курятини, індичатини, свинини, картоплі, кукурудзи, овочів, пшениці, бобових і яблук, які відіграли визначну роль у становленні американської культури.

America's Test Kitchen (Дегустація американської кухні)
<http://www.americastestkitchen.com/>

Цей сайт супроводжує цикл передач на громадському телебаченні, спонсованих журналом «Cook's Illustrated». На ньому подано рецепти страв, про які йдеться у передачах, а також додаткову інформацію про кухонне начиння, енергетичну і поживну цінність продовольчих продуктів та наукові досягнення у сфері харчування.

American Diner Museum (Музей американського обіду)
<http://usinfo.state.gov/journals/itsv/0704/ijse/>

Сайт має на меті популяризацію і збереження культурної та історичної спадщини, пов'язаної з традиційним американським обідом. Тут можна знайти повідомлення про останні новини і події, маршрути подорожей, колекцію обідніх меню та іншу інформацію.

Bon Appétit! Julia Child's Kitchen at the Smithsonian (Смачного! Кухня Джулії Чайлд у Національному музеї американської історії) <http://americanhistory.si.edu/juliachild/default.asp>

Сайт створено як додаток до експозиції у Національному музеї американської історії. Він містить інтерв'ю з Джулією Чайлд, календар подій з життя видатного кухаря та додаткову інформацію про них, а також віртуальну екскурсію по експозиції з детальним описом усіх експонатів. На супутньому сайті “What's Cooking? Julia Child's Kitchen at the Smithsonian” (Що готуємо? Кухня Джулії Чайлд у Національному музеї американської історії) <http://americanhistory.si.edu/kitchen/> можна ознайомитися з історією цієї виставки.

Culinary Institute of America (Кулінарний інститут Америки)
<http://www.ciachef.edu/>

Цей приватний неприбутковий навчальний заклад, заснований у 1946 році, готує бакалаврів і спеціалістів з кулінарії, а також здійснює післядипломне навчання фахівців, які працюють у сфері громадського харчування. Інформація, що міститься на сайті, призначена для професіоналів, студентів, викладачів і ентузіастів кулінарії.

Epicurious: The World's Greatest Recipe Collection (Епікурієць). Найбільша у світі колекція кулінарних рецептів)
<http://eat.epicurious.com/>

Сайт містить тисячі кулінарних рецептів, а також статті та інші матеріали з журналів Bon Appétit («Смачного») та Gourmet («Гурман»). На ньому подано і посилання на інші інформаційні ресурси, що стосуються їжі, вин, крамниць і подорожей.

Fast Food Facts – Interactive Food Finder
(Факти про швидку їжу – інтерактивний пошук страв)
<http://www.olen.com/food/>

Сайт побудовано на основі книги «Факти про швидку їжу», виданої у Міннесоті. Цей інтерактивний сайт дозволяє відвідувачам визначати кількість калорій і вміст жирів, хлориду натрію і холестерину у різних видах швидкої їжі і складати меню на основі індивідуальних харчових потреб.

Feeding America: The Historic American Cookbook Project
(Нагодувати Америку: проект досліджень історії кулінарного книговидання у США)
<http://digital.lib.msu.edu/cookbooks/>

Над цією інтерактивною колекцією, присвяченою найпопулярнішим американським кулінарним книгам XIX і XX століття, спільно працюють Університет штату Мічиган та музей цього університету. Сайт містить словник кулінарних термінів, нариси історика кулінарії Яна Лонгона, біографії авторів кулінарних книг, а також багатовідмінні зображення давнього куховарського начиння з музею університету штату Мічиган.

Food and Nutrition Information Center (FNIC) (Інформаційний центр з проблем продовольства та харчування)
<http://www.nal.usda.gov/fnic/>

Цей сайт підтримується Інформаційним центром з проблем продовольства та харчування при Національній сільськогосподарській бібліотеці. Тут можна знайти каталог ресурсів для споживачів, фахівців у галузі харчування і медицини, викладачів та урядовців. Сайт містить окремі розділи, де подано перелік освітніх матеріалів, урядових звітів і матеріалів наукових досліджень, а також базу даних з можливістю пошуку потрібної інформації, відомості про харчові додатки та склад харчових продуктів, рекомендації щодо дієт і «куточок покупця».

The Food Museum Online (Інтерактивний музей їжі)
<http://www.foodmuseum.com/>

Цей сайт пропонує відвідувачеві інтерактивний тур у світ їжі з оглядом експонатів музею. На сайті можна знайти відповіді на питання, що стосуються їжі, дізнатися останні новини, переглянути анотації книг і ознайомитися з програмами музею. Особливий інтерес становить та частина експозиції, де подано перелік страв і харчових інгредієнтів, що походять із Західної півкулі.

Food Network (Продовольча мережа)
<http://www.foodnetwork.com/>

Ця комерційна мережа кабельного телебачення досліджує «нові різноманітні й цікаві погляди на їжу з перспективи масової культури, подорожей і пригод», а також транслює численні кулінарні шоу. Окрім програм телепередач, сайт містить інформацію про розваги, подорожі та нові товари.

The Food Timeline («Харчовий календар»)
<http://www.gti.net/mocolib1/kid/food.html>

Цей календар, який підтримує бібліотека округу Морріс (штат Нью-Джерсі), «є ілюстрацією людського досвіду у галузі технології, історії суспільства і творчості», віддзеркальених у їжі з доісторичної доби до наших часів. Календар супроводжується веб-сайтом «Етапи розвитку кулінарії: історія, звичаї, меню» <http://www.gti.net/mocolib1/kid/food1.html>, де зроблено посилання на ресурси, присвячені американським і світовим кулінарним звичаям і традиціям.

The Great American Potluck (Великий американський обід)
<http://memory.loc.gov/ammem/ndlpedu/features/immig/ckbk/index.html>

Цей інтерактивний сайт підтримується у рамках проекту «Пам'ять Америки», здійснюваного бібліотекою Конгресу США. На ньому висвітлено кулінарний досвід іммігрантів, а також подано колекцію рецептів, серед яких можна провадити пошук за назвою, категорією та регіоном.

Key Ingredients: America by Food (Ключові інгредієнти: Америка з погляду їжі) http://www.museumonmainstreet.org/exhibits_key/key.htm

Сайт забезпечує освітній інтерактивний супровід виставки Інституту «Смітсоніан» під назвою «Ключові інгредієнти: Америка з погляду їжі», присвяченої регіональним та міжнародним впливам на американську кухню. Виставка ділиться на три сегменти: «500 років американської кухні», «Проект американської кулінарної книги» та «Де поїсти: від узбережжя до узбережжя», у яких подано перелік американських ресторанів, фестивалів і ринків.

Leite's Culinaria (Кулінарія Девіда Ляйте)
<http://www.leitesculinaria.com/>

На цьому сайті зібрано статті, історії виникнення страв, бюллетені та інші інформаційні ресурси, зібрані кулінаром і

письменником Девідом Ляйте. Особливо цікава стаття «Еволюція обіду з плином десятиліття: 100 років знаменитих американських страв», уперше опублікована у Chicago Sun Times 29 грудня 1999 року.

NativeTech: Food & Recipes («НейтівTek: Страви і рецепти»)
<http://www.nativetech.org/food/index.php>

Багата колекція рецептів їжі корінних американців, яку можна переглядати за типами страв або назвами індіанських племен. На сайті є також бібліографічна сторінка з посиланням на список книг, в яких можна знайти кулінарні рецепти корінних жителів Америки:
<http://www.nativetech.org/food/foodrefs.html>.

Not by Bread Alone: America's Culinary Heritage
«Не хлібом єдиним: американська кулінарна спадщина»)
<http://rmc.library.cornell.edu/food/>

Ця інтерактивна виставка, яку організував відділ раритетів і манускриптів бібліотеки Корнельського університету, досліджує течії та тенденції, які впливали на формування американського застілля протягом останніх 200 років. На ній представлено рідкісні книги, фотографії, меню та інші документи, які ілюструють історію кулінарії в Америці.

Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans
«Харчування і ваше здоров'я: дієтичний порадник для американців») <http://www.health.gov/dietaryguidelines/>

Оновлюваній кожні п'ять років Міністерством охорони здоров'я і соціального забезпечення та Міністерством сільського господарства США, цей сайт містить авторитетні поради щодо здорового способу життя, основою якого є фізична активність, помірність у їжі та збалансованість дієти. Містить посилання на офіційні звіти та інші урядові ресурси. Щоб отримати додаткову інформацію відносно дієт і харчування, радимо відвідати також веб-сторінку Центру з проблем харчування Міністерства сільського господарства США: <http://www.usda.gov/cnpp/>.

Nutrition.gov («Харчування»)
<http://www.nutrition.gov/home/index.php3>

Цей портал забезпечує доступ до точної наукової інформації щодо харчування, здорової їжі, фізичних навантажень і безпеки харчових продуктів, зібраної з десятків урядових веб-сайтів. Його метою є запобігання хворобам, пов'язаним із неправильним харчуванням, зокрема діабету, раку, кардіологічній патології та ожирінню. Він містить також інформацію про правила маркування харчових продуктів, рекомендації щодо догляду за здоров'ям, подає схему харчової піраміди, кулінарні рецепти і багато іншого. Портал містить посилання на ресурси, що стосуються гігієни харчування і продовольчої допомоги іншим країнам, досліджен, фінансованих федеральним урядом, та умов надання урядової фінансової підтримки.

Overweight and Obesity («Зайва вага та ожиріння»)

<http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/index.htm>

Сайт підтримується Центром боротьби із захворюваннями та профілактики, він зосереджується на всіх аспектах зайвої ваги та ожиріння: від чинників, що їх спричиняють, до їх впливу на здоров'я та їхніх економічних наслідків. Сайт також пропонує відповідні рекомендації, висвітлює державні програми боротьби з ожирінням і подає перелік корисних інформаційних ресурсів.

Thanksgiving in American Memory

(«День Подяки в американській пам'яті»)

<http://memory.loc.gov/ammem/ndlpedu/features/thanks/thanks.html>

Цей освітній ресурс підтримується проектом «Пам'ять Америки», що його здійснює бібліотека Конгресу США. Він містить календар визначних подій, пов'язаних із Днем Подяки, а також розділи, присвячені спогадам про це свято та його вшанування. Сайт містить і посилання на інші джерела інформації та тематичні збірки матеріалів, які пропонує бібліотека.

Державний департамент США не несе відповідальності за зміст і доступність ресурсів, перелік яких наведено вище. Всі вони були активними станом на липень 2004 року.



ELECTRONIC JOURNAL OF THE U.S. DEPARTMENT OF STATE
Bureau of International Information Programs

<http://usinfo.state.gov/>



Produced by the Regional Program Office Vienna
(Americans at the Table/Ukrainian)